



Arte y emoción

Primera edición

**Ciencias cognitivas y
educación para el
bienestar**

**Editores:
Caleb Saldaña Medina.
Ana Karina Sierra.**



Universidad del
Rosario



• Centro Rosarista de Educación Emocional •



ARTE Y EMOCIÓN: CIENCIAS COGNITIVAS Y EDUCACIÓN PARA EL BIENESTAR

Editado por

Caleb Saldaña Medina y Ana Karina Sierra

Memorias del Primer encuentro de Arte y Emoción: Ciencias Cognitivas y educación para el bienestar

Agosto de **2024**

Organizado por Universidad del Rosario – Colombia

Decanatura del medio Universitario

URemotion

Maestría en Inteligencia Emocional y Bienestar (MIEB)

https://doi.org/10.48713/10336_46935

Contenido

Presentación

Ciencias Cognitivas y Arte: Nuevos Horizontes para la Educación Emocional

Caleb Saldaña Medina

Ciencias Cognitivas y educación para el bienestar

Capítulo 1. Música, emoción y literatura: Exploraciones experimentales y aplicaciones prácticas.

Heidy Rodríguez Mantilla, Margarita Pérez Valencia, María Paula Murcia Castro, Caleb Saldaña Medina

Capítulo 2. Bailando con las emociones: la danza como herramienta de procesamiento emocional.

Andrea Trompero

Capítulo 3. Configuración experiencial de la melancolía: Un relato desde el arte.

Laura M. Segovia Nieto

Capítulo 4. Arte: transformación y esperanza en comunidades vulnerables.

Isabella Londoño Bejarano.

Capítulo 5. Arte para la educación emocional: creación de un laboratorio de experimentación artística y emocional para el desarrollo de la empatía en estudiantes universitarios.

Ana Karina Sierra

Capítulo 6. Emoción, arte e Inteligencia Artificial: ¿Cómo “florecer” en un contexto tecnológico?

Josué H. Bojorges

Epílogo

Entre ciencia y sensibilidad: el legado del Encuentro

Ana Karina Sierra

Acerca de los editores

Autores

Presentación

Ciencias Cognitivas y Arte: Nuevos Horizontes para la Educación Emocional

Vivimos en una era de profundas transformaciones en la comprensión de la mente humana. Las ciencias cognitivas, nacidas como un cruce interdisciplinar entre neurociencia, psicología, lingüística, filosofía e inteligencia artificial, han dejado de ser un campo académico restringido a unas cuantas disciplinas para convertirse en un entramado que hoy funciona como una lente indispensable para interpretar cómo pensamos, aprendemos, sentimos y nos relacionamos. Los retos que enfrenta nuestra sociedad hoy son muy distintos a los de hace algunas décadas: la sobrecarga informativa, los desafíos globales en torno a la salud mental —acentuados tras la pandemia— y el uso de la inteligencia artificial en contextos que antes no hubiéramos imaginado. Ante este panorama, es indudable que las nuevas dinámicas afectan de alguna forma nuestros procesos cognitivos y emocionales, los hallazgos de las ciencias cognitivas no solo aportan explicaciones, sino que también ofrecen caminos concretos para promover el bienestar individual y colectivo. Uno de estos caminos conduce directamente hacia las artes: tanto como manifestación inherente al ser humano, y también como herramienta transformadora.

El arte, en su dimensión simbólica y estética, despierta un interés cognitivo particular en la forma en que procesamos la información. No se limita a la contemplación; es también un espacio de acción, de experimentación y de construcción de significados. Desde lo social, ha acompañado a las culturas en sus ritos, relatos e hitos históricos de expresión colectiva. Desde lo individual, se entrelaza con la cognición y con la emoción, ofreciendo un terreno donde lo subjetivo y lo social convergen. En última instancia, la potencia del arte radica en su vínculo directo con la vida emocional: moviliza, transforma y resignifica la experiencia.

En este escenario, la cognición emocional emerge como un área crítica. La investigación básica ha demostrado de manera contundente que la emoción no es un apéndice o una interferencia en la racionalidad, sino un componente fundamental e inseparable de procesos mentales como la toma de decisiones, la memoria y la atención. Comprender los mecanismos que subyacen a la vida emocional —cómo se generan, regulan y expresan— es el primer paso para traducir este conocimiento en aplicaciones significativas. Es aquí donde la educación emocional y el arte se revelan como aliados poderosos, actuando como puentes naturales entre la teoría científica y la experiencia humana. Sin embargo, persiste una brecha entre la investigación y su aplicación efectiva; aún se requiere una mirada capaz de trasladar los hallazgos del laboratorio a contextos reales, donde la complejidad de la vida demanda intervenciones sensibles y creativas.

Los capítulos que se presentan a continuación son las versiones ampliadas de las ponencias del Primer Encuentro de Arte y Emoción, centrado en Ciencias Cognitivas y Educación para el Bienestar. Este evento —y por extensión esta publicación— tuvo como objetivo principal crear un espacio interdisciplinario que integrara de manera tangible las ciencias cognitivas y las artes para promover el bienestar emocional. Fue organizado por el Semillero de Investigación en Emoción, Cognición y Arte; la Maestría en Inteligencia Emocional y Bienestar; y, el Centro de Educación Emocional URemotion, instancias de la Decanatura del Medio Universitario de la Universidad del Rosario, Colombia. Esto evidencia el compromiso institucional de explorar y promover el arte como herramienta efectiva para la educación emocional.

Este volumen, *Arte y Emoción: Ciencias Cognitivas y Educación para el Bienestar*, es fruto de aquel encuentro y materializa esa vocación de tender puentes. Al igual que en la literatura, donde una obra como *Rayuela* de Cortázar invita a múltiples recorridos, esta compilación puede leerse desde distintos accesos, según el interés del lector.

Una lectura desde el abordaje investigativo puede dividirse en investigación básica y aplicada. En lo básico, los capítulos 1 y 3 buscan comprender el fenómeno en su esencia: el primero lo hace desde la experimentación controlada, analizando cómo la

música influye en la interpretación emocional de textos; el tercero, desde la reflexión teórica y fenomenológica, contrasta la melancolía y la depresión a través del arte. La investigación aplicada, orientada a responder a necesidades concretas, se despliega en los capítulos 2, 4 y 5. Este recorrido transita de lo individual (la danza como herramienta de procesamiento emocional en el capítulo 2) a lo colectivo, ya sea en el ámbito comunitario (el teatro aplicado en contextos vulnerables del capítulo 4) o en el educativo (el laboratorio de experimentación artística para la empatía en el capítulo 5).

Un tercer enfoque es el filosófico, esencial en la ciencia cognitiva: los capítulos 3 y 6 problematizan los hallazgos, interrogando sobre alcances, necesidades futuras y regulaciones éticas. Mientras el capítulo 3 lo hace desde la experiencia humana profunda, el 6 proyecta la reflexión hacia el futuro de la creatividad y la agencia en la era de la inteligencia artificial.

Otro recorrido se puede hacer desde la lectura del enfoque transdisciplinar de las ciencias cognitivas y permite observar cómo convergen tradiciones aparentemente distantes. El enfoque fenomenológico, presente en la mirada cualitativa de la melancolía (cap. 3) y en la práctica narrativa del teatro aplicado (cap. 4), dialoga con tradiciones más cuantitativas y neurofisiológicas, como la exploración experimental del capítulo 1 y el sustento neurocientífico de la danza en el capítulo 2. Lo que une a estos enfoques es el reconocimiento de la cognición corporizada: el entendimiento de que la mente no habita en una torre de marfil, sino en un cuerpo que siente, se mueve y se relaciona.

También es posible hacer la división en tipos de capítulos: propuestas, experiencias, reflexiones o una mezcla de cada cosa. Podríamos seguir jugando la rayuela y construir múltiples caminos, pero más allá de cualquier recorrido, el hilo conductor que une todos los capítulos es el uso del arte como medio para trasladar la teoría a la práctica para el fomento del bienestar. Ya sea a través de la música, la danza, el teatro, la pintura o la reflexión estética frente a la tecnología, el arte se erige no como un objeto de lujo, sino como una tecnología humana fundamental para reconectar, expresar, comprender y transformar la experiencia emocional.

Esta publicación es, en esencia, una invitación a recorrer los puentes entre ciencia, arte y vida. Aspira a ser una contribución significativa para académicos,

educadores, artistas y profesionales de la salud, ilustrando que el diálogo entre ciencias cognitivas, arte y educación emocional puede —y debe— iluminar caminos más conscientes y empáticos para el florecimiento humano.

Caleb Saldaña Medina

Ciencias cognitivas y educación para el bienestar

CAPÍTULO 1.

**Música, emoción y literatura: Exploraciones
experimentales y aplicaciones prácticas.**

Heidy Daniela Rodríguez Mantilla 

Universidad del Rosario, Colombia.

Margarita María Pérez Valencia 

Universidad del Rosario, Colombia.

María Paula Murcia Castro 

Universidad del Rosario, Colombia.

Caleb David Saldaña Medina¹ 

Universidad del Rosario, Colombia.

¹ El presente trabajo es presentado por el Semillero de Investigación: [Emoción, Cognición y Arte](#), de la Decanatura del Medio Universitario, Universidad del Rosario, Bogotá, Colombia

Resumen

El presente trabajo es una propuesta investigativa para estudiar experimentalmente la influencia de la música en la interpretación emocional de textos ambiguos o multivalentes. Partiendo de la interacción entre contexto, música y sujeto, se investiga cómo características musicales específicas —el modo (mayor/menor) y el tempo (rápido/lento)— modulan la valencia (agrado/desagrado) y el arousal (alta o baja activación) emocional durante la lectura. Para evitar sesgos por familiaridad, se compondrán piezas musicales originales que se presentarán junto a textos deliberadamente ambiguos. La experiencia emocional de los participantes se evaluará mediante el Affect Grid de Russell, que mide dos dimensiones: placer-displacer y activación-relajación. Se hipotetiza que el modo musical influye en la valencia, mientras que el tempo afecta el arousal. Los hallazgos esperados podrían tener aplicaciones significativas en contextos terapéuticos, educativos y organizacionales, donde la música podría utilizarse de manera intencional para regular estados emocionales y facilitar procesos cognitivos y de bienestar.

Palabras clave: *música y emoción; interpretación textual; cognición musical*

Abstract

This work is a research proposal to experimentally study the influence of music on the emotional interpretation of ambiguous or multivalent texts. Based on the interaction between context, music, and subject, it investigates how specific musical features—mode (major/minor) and tempo (fast/slow)—modulate emotional valence (pleasure/displeasure) and arousal (high/low activation) during reading. To avoid familiarity bias, original musical pieces will be composed and presented alongside deliberately ambiguous texts. Participants' emotional experience will be assessed using Russell's Affect Grid, which measures two dimensions: pleasure-displeasure and activation-relaxation. It is hypothesized that musical mode influences valence, while tempo affects arousal. The expected findings could have significant applications in therapeutic, educational, and organizational contexts, where music could be intentionally used to regulate emotional states and facilitate cognitive and well-being processes.

Keywords: *music and emotion; text interpretation; music cognition*

Introducción

“Pero allí están, sentimientos de una miríada de emociones y de estados relacionados, la línea musical continua de nuestra mente, el zumbido imparable de la más universal de las melodías que sólo se detiene cuando vamos a dormir, un zumbido que se transforma en una canción resuelta cuando nos embarga la alegría, o en un réquiem afligido cuando nos domina la pena.”

—Antonio Damasio

Los seres humanos experimentamos una conexión profunda y compleja entre las emociones y la música. No se trata simplemente de un ruido de fondo; los sonidos musicales tienen la capacidad de afectar nuestro estado anímico, generando reacciones emocionales que, en muchos casos, resultan inmediatas e involuntarias. En nuestra vida cotidiana la música no solo acompaña momentos importantes como películas, celebraciones de cumpleaños o eventos sociales; también forma parte integral de los entornos que habitamos. La música se convierte, así, en una banda sonora que enmarca nuestras experiencias.

En este sentido, nos preguntamos: ¿qué características musicales son responsables de evocar ciertas emociones? Y más aún, ¿de qué manera esas emociones inducidas por la música influyen sobre la forma en que interpretamos distintos contextos, especialmente cuando se trata de situaciones ambiguas o abiertas a múltiples significados? Estas preguntas orientan nuestra exploración y nos invitan a analizar no sólo la dimensión estructural de la música, sino también su impacto en la cognición y la experiencia emocional.

Asimismo, podemos hablar de una relación entre tres componentes fundamentales que intervienen en la interpretación. En primer lugar, se encuentra el contexto mismo y su contenido, es decir, aquello que se presenta visual o

narrativamente, con su carga simbólica, situacional y expresiva. En segundo lugar, está la música, que no actúa de forma neutra, sino que potencia, sugiere o incluso transforma las emociones evocadas, dependiendo de sus características. Finalmente, intervenimos nosotros como espectadores, quienes aportamos nuestros propios esquemas cognitivos, experiencias previas y estados emocionales al momento de enfrentarnos a esa combinación.

Es a partir de la interacción entre estos tres elementos —contexto, música y sujeto— que se construye la interpretación. Al procesar simultáneamente el contenido y la información afectiva transmitida por la música, y al filtrar todo a través de nuestras emociones y esquemas mentales, consolidamos una comprensión que es inevitablemente subjetiva y única. Por lo tanto, no podemos pensar en una lectura universal, sino en múltiples significados posibles, mediados por esta dinámica de percepción y sentido. La presente propuesta busca integrar los tres componentes que llevan a la interpretación desde un abordaje experimental.

Textos multivalentes como contexto

“Un texto es una máquina perezosa que espera que el lector haga gran parte del trabajo.”

—Umberto Eco

Como parte de nuestra propuesta utilizamos los textos o viñetas multivalentes desarrollados por Saldaña-Medina (2019; 2020) que identifica las características relevantes de un texto para ser utilizado como contexto ambiguo y propone tres textos multivalentes donde se puede obtener gran potencial de elaboración subjetiva sin una sugerencia de la polaridad emocional. Como señala Damasio (2003), casi ninguna percepción ya sea actual o evocada desde la memoria es emocionalmente neutra. Esta afirmación también se aplica a la lectura de textos, ya que nuestras experiencias

emocionales previas condicionan la manera en que comprendemos e interpretamos una narrativa. En este sentido, reconocemos que la relación entre emoción y texto es bidireccional: nuestras emociones influyen en la comprensión del texto, al tiempo que el texto puede modular nuestra experiencia emocional (Vallejo-Reyes, 2002). De esta interacción surgen interpretaciones que no son meramente racionales, sino que se enriquecen con componentes afectivos derivados de vivencias reales como de experiencias vicarias, entendidas estas últimas como aquellas que vivimos a través de películas, relatos o historias que no nos pertenecen directamente, pero que logramos interiorizar.

Esta propuesta parte de la premisa de que, al eliminar ciertos elementos visuales o emocionales explícitos, se abre un espacio para que los lectores proyecten sus propias experiencias y emociones en la interpretación del texto. Pongamos por ejemplo el siguiente texto tomado de Saldaña-Medina (2020):

“El día llegó, sé que hoy es ese día y lo haré sin dudar un momento. Merezco lo que viene. No pensé que fuera tan pronto, es algo que no me esperaba para esta época de mi vida. Ya llegó el día y sólo es cuestión de decir: "Aquí estoy”.

Uno de los elementos clave es la ambigüedad, no se sabe si el día que llegó y lo que viene es algo bueno o algo malo: puede ser una condena o un reconocimiento honorífico. El texto fue construido de manera que resulte coherente y aplicable a diversas situaciones del mundo real, pero evitando cualquier inclinación emocional clara. Esta neutralidad intencionada permite que el lector no sea dirigido hacia una única lectura emocional, sino que pueda explorar diferentes significados posibles. Además, la ausencia de imágenes en el estímulo potencia esta libertad interpretativa. Al no contar con representaciones visuales que condicionen la recepción del mensaje, se favorece una interpretación más abierta, donde las vivencias personales del lector cobran protagonismo.

Los componentes musicales

“...siempre que percibo en las ráfagas del viento las notas sueltas de esa armonía, se opera en mis sentidos un extraño fenómeno. Creo reconocer una por una las diferentes voces de las campanas; creo que cada cuál de ellas tiene un tono propio y expresa un sentimiento especial; creo, en fin, que después de prestar por algún tiempo profunda atención al disorde conjunto de los sonidos, graves ó agudos, sordos ó metálicos que exhalan, logro sorprender palabras misteriosas que palpitan en el aire envueltas en sus prolongadas vibraciones.”

—Gustavo Adolfo Bécquer

La música desempeña un papel central como banda sonora que complementa el contexto y lo dirige hacia una interpretación. Al ser el único componente expresivo claramente afectivo, adquiere una influencia predominante en la construcción del sentido. De este modo, la música no solo acompaña el texto, sino que orienta emocionalmente su interpretación, destacando la potencia afectiva del sonido cuando no compite con imágenes visuales o indicaciones emocionales explícitas.

Sabemos que la música desempeña un papel relevante en la interpretación de distintos estímulos, pero ¿qué características específicas de la música son las que afectan nuestra experiencia emocional y cognitiva al enfrentarnos a un texto o una escena?

Los componentes que decidimos utilizar para nuestra propuesta es la combinación entre modo y tempo. El modo hace referencia a las notas que componen una escala, y en la tradición musical occidental se ha vinculado convencionalmente a emociones de tristeza (modo menor) o alegría (modo mayor). El tempo, por su parte, se refiere a la velocidad con la que una pieza musical se repite regularmente. Así, combinaciones específicas de modo y tempo tienden a generar patrones emocionales consistentes en los oyentes.

Sin embargo, los estudios previos presentan ciertos problemas metodológicos que es necesario considerar. Muchos de ellos se han basado en piezas musicales ya conocidas, las cuales traen consigo asociaciones previas que pueden influir en las

respuestas emocionales de los participantes. Además, se ha modificado el modo o el tempo de piezas ya existentes, lo cual puede generar efectos artificiales o poco naturales.

Para abordar estas limitaciones, nuestra propuesta metodológica se basa en dos acciones clave: 1) componer piezas musicales originales creadas específicamente para el estudio, donde controlemos los acordes, el ritmo y el tempo de cada una y 2) Evitar la familiaridad de los participantes con las piezas, al usar géneros o estructuras conocidas, lo cual nos permitirá un mayor control experimental y una evaluación más precisa del efecto del modo y el tempo en la interpretación emocional de textos multivalentes.

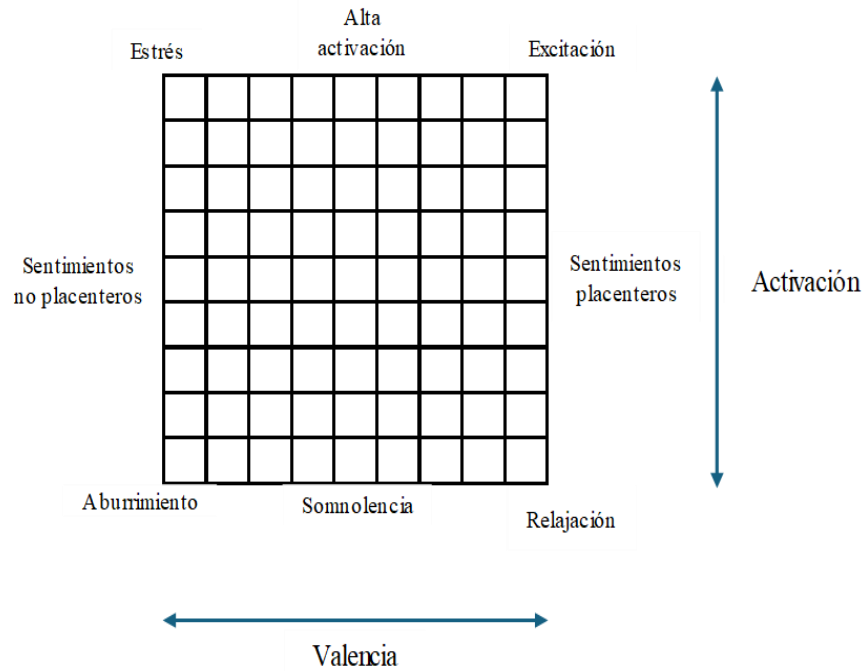
El Modelo Circunflejo de Russell como herramienta de evaluación

“El mar nos encanta como la música, que no lleva como el lenguaje la huella de las cosas, que no nos dice nada de los hombres, pero que imita los movimientos de nuestra alma.”

—Marcel Proust

Como herramienta para nuestra propuesta elegimos utilizar el Affect Grid (Russell et al., 1989) (ver Figura 1) que se usa para evaluar detalladamente la experiencia emocional, sin el uso de palabras o conceptos emocionales que puedan sugerir o sesgar las respuestas afectivas por una asociación previa. La cuadrícula se encuentra fundamentada en el modelo circunflejo de Russell (1980), que plantea que toda experiencia emocional se puede describir en dos dimensiones bipolares: Valencia o Tono afectivo (agradable o desagradable) y Arousal o Grado de activación (alta energía o baja energía).

Figura 1. *La cuadrícula del afecto de James Russell*



Adaptado de Russell et al., (1989)

¿Cómo se interpretan los cuadrantes combinando ambos componentes?

- *El cuadrante superior derecho* del gráfico representa emociones que son tanto positivas como de alta activación, como la excitación o la alegría intensa.
- *El cuadrante superior izquierdo* representa emociones negativas con alta activación, como la ira o el miedo.
- *El cuadrante inferior derecho* representa emociones positivas con baja activación, como la calma o la relajación.
- *El cuadrante inferior izquierdo* representa emociones negativas con baja activación, como la tristeza o el aburrimiento.

Hipótesis

“Es muy difícil tocar una mente humana para extraer de ella con astucia su sonido más propio.”

—Heinrich von Kleist

Partimos de dos preguntas fundamentales: ¿la modalidad y el tempo musical influyen en la interpretación de un texto?, y ¿Cuáles aspectos musicales específicos impactan en cuáles emociones interpretativas del lector? A partir de estas preguntas, formulamos una hipótesis central basada en el modelo circunflejo del afecto de Russell.

Nuestra hipótesis sostiene que la modalidad musical (mayor o menor) afecta principalmente la valencia emocional atribuida a un estímulo. Es decir, modos mayores tienden a inducir emociones positivas, mientras que los menores se asocian con emociones negativas. El tempo, por su parte, influye en el nivel de *arousal* percibido. Tempos rápidos elevan la activación emocional, mientras que los lentos la reducen.

Estas relaciones tienen un impacto directo sobre la interpretación emocional de un texto ambiguo o multivalente. La combinación de modalidad y tempo puede polarizar la interpretación hacia alguno de los cuatro cuadrantes del modelo de Russell, por ejemplo, un modo menor con un tempo bajo puede llevar a una interpretación triste del texto, pero si el modo menor se acompaña de un tempo rápido, puede interpretarse como miedo o ira. De este modo, la música actúa como un modulador emocional que orienta la comprensión subjetiva de un contenido narrativo.

Potenciales aplicaciones de los hallazgos

"It never seems to occur to people that a man might just want to write a piece of music"

—Ralph Vaughan Williams

Poder identificar cómo se relaciona directamente ciertos aspectos de la música con tonos afectivos, puede ayudar a usarlos de manera controlada para objetivos específicos. Diversas investigaciones han demostrado cómo el uso de la música en diferentes contextos puede impactar positivamente en el aumento de placer, bienestar emocional, engagement, construcción de un sentido de vida y demás experiencias relacionadas con una buena salud mental (Lamont, 2011; Rickard, 2012; Gabrielsson, 2011; Pipersania y Sam, 2024). Sin embargo, es importante notar cómo características de la música, principalmente el modo y el tempo, ocasionan un efecto diferencial de acuerdo con su manipulación y el contexto en donde se implementen.

El ámbito de salud y bienestar ha sido uno de los más estudiados para observar el impacto de la música. Por ejemplo, estudios como el de Saskovets et al. (2025), encontraron una reducción significativa de marcadores del estrés fisiológico como los niveles de cortisol, presión arterial y la frecuencia cardiaca. Como complemento al efecto de la música como alternativa al manejo del estrés, Knight y Rickard (2001) describieron una relación particular entre la música de tempo lento y la relajación, lo que dio paso a la reducción de la presión arterial y la frecuencia cardiaca, indicadores de la reducción del estrés.

Otro contexto ampliamente descrito ha sido el educativo. En múltiples investigaciones se ha descrito el efecto de la música en los procesos cognitivos asociados al aprendizaje o el cumplimiento de tareas (Blood y Ferriss, 1993; McConnell y Shore, 2011; Lamont, 2011; Husain et al., 2002). La atención, por ejemplo, ha sido objeto de gran interés de estudios como el de McConnell y Shore (2011), quienes encontraron una ventaja en el desempeño de las funciones ejecutivas cuando la música contaba con un tempo rápido y un modo menor, en comparación a las demás

condiciones. Por su parte, Husain et al. (2002) observaron resultados significativamente más positivos en el desarrollo de tareas visoespaciales cuando los/as participantes escuchaban previamente música con un tempo rápido y un modo mayor.

En términos de interacción social, Blood y Ferris (1993) contrastaron un entorno conversacional con música de fondo y uno sin ella. Sus resultados demuestran que las conversaciones que tuvieron lugar con música fueron evaluadas como más satisfactorias por los participantes, especialmente si su modo era mayor, en comparación con el modo menor y con el contexto sin música.

En ciertos contextos de trabajo, la música es un elemento que puede convertirse en una herramienta estratégica para mejorar la concentración, potenciar la productividad y favorecer el bienestar de los equipos. Hemos visto en diversas investigaciones que ciertos tipos de música, particularmente aquella con ritmos suaves, sin letras o con estructuras repetitivas, pueden favorecer estados de concentración profunda (Kiss & Linnell, 2021). Dado que la música puede actuar como un modulador atencional, ayudando a bloquear ruidos distractores y a mantener la concentración en tareas cognitivamente exigentes como el análisis de datos (Wu & Shih, 2019). Una muestra de lo anterior también puede observarse en los estudios realizados por Fox y Embrey (1972), quienes concluyeron que la presencia de música impacta positivamente en la eficiencia del trabajo repetitivo, incluso cuando las condiciones ambientales incluyen sonidos constantes de máquinas.

Sin embargo, investigaciones como la nuestra son necesarias para establecer la magnitud del impacto, ya que, gran parte de la literatura existente puede llegar a ser contradictoria entre sí. Como mencionan Kämpfe et al. (2010) es pertinente desarrollar métodos precisos que permitan medir el impacto de la música de fondo, teniendo en cuenta el tipo de música, el tipo de tarea y el contexto, para poder detectar las necesidades específicas de la organización e intervenir en el ambiente con el tipo de música adecuado.

Por ejemplo, consideramos que comprender el impacto del modo mayor y el tempo lento para promover los estados de relajación, calma e introspección puede generar efectos positivos en procesos terapéuticos o actividades de acompañamiento en

donde el objetivo sea precisamente reducir los niveles de activación de una persona y llevarla hacia una valencia emocional más positiva.

Por otro lado, si lo que se requiere es generar un ambiente más positivo y ligado con la eficiencia y productividad de las personas, lo que podría ocurrir en un contexto organizacional, por ejemplo, sería interesante valernos de música con modo mayor y tempo rápido, que podría incitar la activación de las personas y la valencia emocional positiva. Algo similar podría ser funcional si el objetivo es potenciar las funciones ejecutivas como la memoria de trabajo, el control inhibitorio o la flexibilidad cognitiva; la exposición a música con un tempo rápido puede llegar a tener un impacto significativo.

Referencias

- Blood, D. J., & Ferriss, S. J. (1993). Effects of background music on anxiety, satisfaction with communication, and productivity. *Psychological reports*, 72(1), 171-177.
- Damasio, A. (2003). *Looking for Spinoza: Joy, Sorrow, and the Feeling Brain*. Florida: Harvest Books.
- Fox, J. G., & Embrey, E. D. (1972). Music—an aid to productivity. *Applied ergonomics*, 3(4), 202-205.
- Gabrielsson, A. (2011). *Strong experiences with music: Music is much more than just music*. Oxford University Press.
- Husain, G., Thompson, W. F., & Schellenberg, E. G. (2002). Effects of musical tempo and mode on arousal, mood, and spatial abilities. *Music perception*, 20(2), 151-171.
- Kämpfe, J., Sedlmeier, P., & Renkewitz, F. (2010). The impact of background music on adult listeners: A meta-analysis. *Psychology of Music*, 39(4), 424-448. <https://doi.org/10.1177/0305735610376261>
- Kiss, L., Linnell, K.J. The effect of preferred background music on task-focus in sustained attention. *Psychological Research* 85, 2313–2325 (2021). <https://doi.org/10.1007/s00426-020-01400-6>
- Knight, W. E., & Rickard, N. S. (2001). Relaxing music prevents stress-induced increases in subjective anxiety, systolic blood pressure, and heart rate in healthy males and females. *Journal of music therapy*, 38(4), 254-272.
- Lamont, A. (2011). University students' strong experiences of music: Pleasure, engagement, and meaning. *Musicae Scientiae*, 15(2), 229-249.
- McConnell, M. M., & Shore, D. I. (2011). Upbeat and happy: Arousal as an important factor in studying attention. *Cognition & Emotion*, 25(7), 1184-1195.

- Pipersania, N., & Sam, K. M. (2024). EFFECTS OF SLOW-TEMPO MUSIC ON PAIN PERCEPTION AND EMOTIONAL WELL-BEING. *Public Administration and Law Review*, (2(18)), 86–93. <https://doi.org/10.36690/2674-5216-2024-2-86-93>
- Rickard, N. S. (2012). Music listening and emotional well-being. *Lifelong engagement with music: Benefits for mental health and well-being*, 209-240.
- Russell, J. A. (1980). A circumplex model of affect. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1161–1178. <https://doi.org/10.1037/h0077714>
- Russell, J. A., Weiss, A., & Mendelsohn, G. A. (1989). Affect grid: a single-item scale of pleasure and arousal. *Journal of personality and social psychology*, 57(3), 493-502. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.3.493>
- Saldaña-Medina, C. (2019). La necesidad de textos narrativos validados como herramienta para el estudio experimental de la semántica emocional y la interpretación. *Lenguas Modernas*, (53), pp. 79-92.
- Saldaña-Medina, C. (2020). *Textos narrativos multivalentes para el estudio de la elaboración textual* [Tesis de maestría, Universidad Autónoma del Estado de Morelos]. Repositorio Institucional UAEM. <http://riaa.uaem.mx/xmlui/handle/20.500.12055/1140>
- Saskovets, M., Saponkova, I., & Liang, Z. (2025). Effects of Sound Interventions on the Mental Stress Response in Adults: Scoping Review. *JMIR Mental Health*, 12(1), e69120.
- Vallejo-Reyes, F. (2002). El rol de la emoción en la comprensión de textos narrativos. *Escuela de psicología, Universidad Católica de Valparaíso*, 1, 125-140. DOI: 10.5027/psicoperspectivas-vol1-issue1-fulltext-39.
- Wu, C. C., & Shih, Y. N. (2019). The effects of background music on the work attention performance between musicians and non-musicians. *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics*, 27(1), 201–205. <https://doi.org/10.1080/10803548.2018.1558854>

...Muss es sein? Es muss sein!

CAPÍTULO 2.

**Bailando con las emociones: la danza como
herramienta de procesamiento emocional.**

Andrea Trompero 

Universidad del rosario, Colombia.

Resumen.

Este artículo propone una reflexión sobre el papel de la danza como herramienta de procesamiento y regulación emocional, articulando perspectivas de la neurociencia, la interocepción y la experiencia corporal. Desde una comprensión neurofisiológica de la emoción como fenómeno que involucra cuerpo, mente y acción, se destaca la importancia de la interocepción como puente entre sentir y actuar. A través de la danza, el cuerpo se convierte en un medio para escuchar lo interno, expresar lo no verbalizado y transformar estados emocionales.

Se abordan enfoques como la Danza Movimiento Terapia (DMT), el análisis del movimiento de Laban y el Gaga Movement, así como hallazgos recientes sobre codificación predictiva y plasticidad cerebral, que respaldan el valor terapéutico del movimiento expresivo. La propuesta se complementa con una experiencia vivencial presentada en el Primer Encuentro de Arte y Emoción, donde la práctica del movimiento consciente evidenció que la danza permite una reconexión emocional profunda. Este trabajo defiende que bailar con las emociones no es solo una metáfora, sino una vía concreta para habitar el cuerpo, modular el sentir y sanar desde el movimiento.

***Palabras clave:** danza, emoción, cuerpo, interocepción, regulación emocional, neurociencia.*

Abstract.

This article offers a reflection on the role of dance as a tool for emotional processing and regulation, weaving together perspectives from neuroscience, interoception, and embodied experience. Drawing from a neurophysiological view of emotion as a phenomenon that integrates body, mind, and action, the text emphasizes interoception as the bridge between feeling and acting. Through dance, the body becomes a means to listen inwardly, express what cannot be verbalized, and transform emotional states. The article explores approaches such as Dance Movement Therapy (DMT), Laban Movement Analysis, and the Gaga Movement, along with recent findings in predictive coding and brain plasticity, all of which support the therapeutic potential of expressive movement. The reflection is enriched by a lived experience shared during the First Meeting of Art and Emotion, where guided bodywork revealed how dance can foster deep emotional reconnection. This work argues that dancing with emotions is not merely metaphorical, but a tangible path to inhabit the body, regulate feeling, and heal through movement.

***Keywords:** dance, emotion, body, interoception, emotional regulation, neuroscience.*

Introducción: emoción y cuerpo

¿Sabías que tu cuerpo te habla todo el tiempo? Te dice cuándo tienes hambre, cuándo necesitas descansar, cuándo sientes miedo o alegría. Sin embargo, con el paso del tiempo, aprendemos a ignorar estas señales. En esta reflexión, quiero compartir cómo la danza puede ser una forma de volver a escucharlas. No desde la técnica o el espectáculo, sino desde el cuerpo vivo que siente, que recuerda, que transforma. Bailar con las emociones no es solo moverse, es entrar en diálogo con lo que somos.

Primero es importante, definir cómo entendemos emoción y para efectos de esta reflexión me basaré en un postulado neurofisiológico. De este modo, Redolar (2014) señala que la emoción, constituye una respuesta neurovegetativa fundamental para la supervivencia. Esta respuesta tiene tres componentes inseparables: la activación fisiológica, el procesamiento cognitivo y la respuesta motora. Es decir, una emoción no se 'siente' solamente; se activa en el cuerpo, se interpreta cognitivamente y se expresa a través de la acción. Desde esta mirada, la capacidad del cuerpo para comunicar lo que sucede internamente es fundamental en la creación de la emoción, posteriormente de su interpretación y finalmente de la respuesta comportamental o de movimiento que realices.

Esta información del funcionamiento interno del cuerpo, que es inconsciente la mayor parte del tiempo pero que puede alcanzar la conciencia se conoce como interocepción, es decir, la percepción de señales internas como el ritmo cardíaco, la respiración o las tensiones musculares. Según Craig (2002), la interocepción constituye el sentido de la condición fisiológica del cuerpo y está directamente vinculada a la autoconciencia. Critchley y Garfinkel (2017) amplían esta perspectiva al destacar que la interocepción participa en la construcción de la emoción y la experiencia subjetiva. Khalsa y Lapidus (2016) proponen que mejorar la conciencia interoceptiva puede tener implicaciones clínicas, sobre todo en salud mental, y Mehling et al. (2011) enfatizan que una mayor conciencia corporal, desarrollada a través de prácticas corporales como la danza, puede facilitar la regulación emocional.

Esta visión corporizada de la emoción es coherente con los hallazgos recientes en neurociencia del arte, particularmente en el estudio del movimiento expresivo y la

danza. Foster Vander Elst et al. (2023) sostienen que la danza y la música comparten circuitos cerebrales con las emociones, incluyendo áreas como la ínsula, la amígdala, el sistema límbico y la corteza prefrontal. Estas regiones están involucradas tanto en la percepción como en la regulación emocional, así como en la experiencia estética y la recompensa. Por ello, cuando una persona baila al ritmo de la música, se activa un entramado cerebral que no solo regula la emoción, sino que también la transforma. Esto sugiere que la danza es más que un reflejo emocional: es un vehículo para intervenir activamente en los estados internos, modificarlos y resignificarlos desde el cuerpo y el movimiento.

La danza como herramienta de regulación emocional

Desde esta mirada, la danza no es solo una práctica cultural o estética. Es también una vía para activar el cuerpo como canal expresivo, social y terapéutico. En contextos educativos y clínicos, la danza ha mostrado efectos positivos en la reducción de síntomas como la ansiedad, el estrés y la alexitimia (Koch et al., 2019; Pylvänäinen et al., 2015). Al ofrecer un canal de expresión simbólico, no verbal y corporal, permite procesar emociones que a veces no alcanzan a tomar forma en el lenguaje. Este efecto es particularmente útil en personas con dificultades en la identificación o expresión emocional, como sucede en cuadros de alexitimia, trastornos del espectro autista o experiencias de trauma (Fisher, 2020). La danza se convierte así en una práctica de regulación emocional que no parte del control, sino de la conexión: escuchar el cuerpo, moverse con él, dejarse afectar por el ritmo y por la presencia del otro. Además, como ha documentado la investigación en Danza Movimiento Terapia (DMT), el uso intencional del movimiento con acompañamiento terapéutico potencia procesos de autorregulación, integración emocional y fortalecimiento de la autoimagen (Koch & Fischman, 2011). Es en ese espacio de libertad corporal donde muchas personas redescubren la capacidad de sentir sin ser desbordadas, de transformarse sin tener que explicarlo todo.

Desde el análisis del movimiento propuesto por Laban, se entiende que el cuerpo comunica emociones mediante cualidades observables del movimiento como el esfuerzo, el espacio, el tiempo y el flujo. Estudios recientes han aplicado esta mirada de forma sistemática: Wu et al. (2023) integraron el análisis de Laban con modelos computacionales para demostrar que distintos patrones de movimiento permiten reconocer emociones específicas con un alto grado de precisión, incluso en ausencia de lenguaje verbal. Estos hallazgos respaldan la idea de que el cuerpo no solo expresa, sino que también codifica emociones de manera estructurada y universal. Complementando esta mirada, el Gaga Movement, creado por Ohad Naharin, propone una forma de habitar el cuerpo desde la percepción interna. A través del movimiento libre, sin espejos ni coreografías fijas, se cultiva la conciencia interoceptiva y emocional. Gaga no busca controlar el cuerpo, sino explorarlo, sentirlo y transformarlo. Ambas propuestas coinciden en que el cuerpo no solo comunica lo que sentimos, sino que puede ayudarnos a descubrirlo y resignificarlo (Fisher, 2020).

Neurociencia y modelos predictivos del movimiento

La teoría de la codificación predictiva postula que el cerebro anticipa constantemente lo que va a suceder, y compara esas predicciones con la información que recibe del cuerpo y el entorno. Cuando bailamos, confrontamos y reformulamos estos modelos internos a través del movimiento. La danza nos ofrece un laboratorio sensorial en tiempo real para reentrenar cómo sentimos y respondemos emocionalmente. Estudios con imágenes cerebrales han demostrado que al bailar se activan simultáneamente redes relacionadas con la percepción, el control motor, la emoción, la memoria y la recompensa. Esta estimulación integral refuerza la plasticidad cerebral y puede apoyar procesos terapéuticos tanto en salud mental como en rehabilitación física (Christensen et al., 2023).

Reflexión experiencial desde la práctica

En la ponencia 'Bailando con las emociones', realizada durante el Primer Encuentro de Arte y Emoción, se propuso un recorrido vivencial por estos conceptos. A través de ejercicios simples de conciencia corporal, movimiento libre e interocepción guiada, se invitó al público a explorar cómo el cuerpo reacciona emocionalmente. Las respuestas fueron diversas y profundas: desde el llanto espontáneo hasta risas liberadoras, evidenciando que la emoción no necesita traducción verbal para ser entendida.

Esta experiencia refuerza la idea de que la danza es un lenguaje universal que permite procesar emociones de forma orgánica y auténtica. Como herramienta educativa, terapéutica o de bienestar, su valor reside precisamente en su capacidad para re-conectar a las personas consigo mismas y con su entorno a través del cuerpo en movimiento.

La regulación emocional es un proceso clave en la experiencia humana, especialmente cuando se considera desde una perspectiva integradora entre cuerpo y mente. Gratz y Roemer (2004) la definen como un constructo multidimensional que involucra: (1) la conciencia y comprensión de las emociones, (2) la aceptación de las emociones, (3) la habilidad para controlar impulsos cuando se experimentan emociones negativas y (4) la capacidad para utilizar estrategias de regulación emocional apropiadas al contexto.

Desde este enfoque, se entiende que no se trata simplemente de 'controlar' lo que sentimos, sino de comprender, aceptar y actuar en coherencia con los propios valores. La regulación emocional adaptativa implica poder experimentar una emoción sin quedar atrapado en ella, siendo capaces de modular su intensidad y expresión para lograr una mayor funcionalidad.

Barker et al. (2021) proponen que esta habilidad está directamente relacionada con la interocepción. Cuanto más preciso sea el reconocimiento de las señales corporales internas, más recursos tendrá una persona para interpretar correctamente lo que siente y, en consecuencia, responder de manera congruente. Este puente entre cuerpo y

emoción es especialmente importante en contextos clínicos, educativos y de desarrollo personal.

En este sentido, la danza ofrece una vía accesible y sensible para entrenar estas capacidades. Movimientos conscientes, improvisación guiada o ejercicios rítmicos pueden convertirse en estrategias efectivas para enseñar habilidades emocionales, sobre todo en poblaciones con dificultades en la identificación o expresión emocional, como personas con alexitimia o trauma. La danza no sólo moviliza el cuerpo, sino que genera las condiciones para reconectar con las emociones desde la seguridad, el goce y el autoconocimiento.

Conclusión

Bailar con las emociones es, quizás, una forma de volver a casa. Es permitirnos sentir sin juicio, mover lo que duele, soltar lo que pesa, y celebrar lo que vibra. La danza no exige palabras, pero dice mucho. Nos recuerda que no estamos rotos, que podemos transformarnos. Escuchar al cuerpo, movernos con él y desde él, puede ser una de las formas más potentes de cuidar nuestra salud emocional. Esta es una invitación a hacerlo.

Referencias

- Barker, M., Brewer, R., & Murphy, J. (2021). What is interoception and why is it important? *Young Minds*, 9(558246). <https://doi.org/10.3389/frym.2021.558246>
- Christensen, J. F., Bruhn, L., Schmidt, E.-M., Bahmanian, N., Yazdi, S. H. N., Farahi, F., Sancho-Escanero, L., & Menninghaus, W. (2023). A 5-emotions stimuli set for emotion perception research with full-body dance movements. *Scientific Reports*, 13(1), 8757. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-33656-4>
- Craig, A. D. (2002). How do you feel? Interoception: the sense of the physiological condition of the body. *Nature Reviews. Neuroscience*, 3(8), 655-666. <https://doi.org/10.1038/nrn894>
- Critchley, H. D., & Garfinkel, S. N. (2017). Interoception and emotion. *Current Opinion in Psychology*, 17, 7-14. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.04.020>
- Fisher, L. (2020). Listening to my body: Interoception through Gaga Movement Language. *Journal of Undergraduate Research*, 22.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26(1), 41-54. <https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Khalsa, S. S., Adolphs, R., Cameron, O. G., Critchley, H. D., Davenport, P. W., Feinstein, J. S., Feusner, J. D., Garfinkel, S. N., Lane, R. D., Mehling, W. E., Meuret, A. E., Nemeroff, C. B., Oppenheimer, S., Petzschner, F. H., Pollatos, O., Rhudy, J. L., Schramm, L. P., Simmons, W. K., Stein, M. B., ... Interoception Summit 2016 participants. (2018). Interoception and Mental Health: A Roadmap. *Biological Psychiatry. Cognitive Neuroscience and Neuroimaging*, 3(6), 501-513. <https://doi.org/10.1016/j.bpsc.2017.12.004>

- Koch, S. C., & Fischman, D. (2011). Embodied Enactive Dance/Movement Therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 33(1), 57-72. <https://doi.org/10.1007/s10465-011-9108-4>
- Koch, S. C., Riege, R. F. F., Tisborn, K., Biondo, J., Martin, L., & Beelmann, A. (2019). Effects of Dance Movement Therapy and Dance on Health-Related Psychological Outcomes. A Meta-Analysis Update. *Frontiers in Psychology*, 10, 1806. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01806>
- Mehling, W. E., Wrubel, J., Daubenmier, J. J., Price, C. J., Kerr, C. E., Silow, T., Gopisetty, V., & Stewart, A. L. (2011). Body Awareness: A phenomenological inquiry into the common ground of mind-body therapies. *Philosophy, Ethics, and Humanities in Medicine: PEHM*, 6, 6. <https://doi.org/10.1186/1747-5341-6-6>
- Pylvänäinen, P. M., Muotka, J. S., & Lappalainen, R. (2015). A dance movement therapy group for depressed adult patients in a psychiatric outpatient clinic: Effects of the treatment. *Frontiers in Psychology*, 6, 980. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00980>
- Redolar Ripoll, D. (2023). Principios de la emoción y la cognición social. En *Neurociencia Cognitiva* (Segunda). Panamericana.

CAPÍTULO 3.

Configuración experiencial de la melancolía: Un relato desde el arte.

Laura Milena Segovia Nieto 

Universidad del Rosario, Colombia.

Resumen

Ante el aumento significativo de los diagnósticos de depresión en el mundo, se abre el debate sobre la adecuada clasificación y tratamiento de este. En pro de enriquecer esta discusión se invita a considerar cómo la experiencia de la depresión contiene matices diferentes a la experiencia melancólica que demandan una diferenciación clara de los dos trastornos. Para nutrir esta discusión, se hace uso del arte que nos muestra cómo se ha retratado la melancolía como una figura meditativa, pero la vez creativa y atormentada, y a la depresión como alguien embotado emocionalmente. Así mismo, cómo el cuerpo melancólico reduce la posibilidad intersubjetiva, mientras el depresivo la limita y restringe. Este tipo de aproximaciones disciplinares posibilita la comprensión que permitirá enriquecer el diagnóstico y el adecuado tratamiento de estas aflicciones.

Palabras clave: *Melancolía, depresión, arte, experiencia.*

Abstract

The significant increase in global diagnoses of depression has opened the debate on the appropriate classification and treatment of this disorder is open. To enhance this conversation, we invite you to consider how the experience of depression contains different nuances from the melancholic experience that demands a clear differentiation between the two disorders. Art can provide valuable insights into these experiences. Melancholy has been portrayed as a meditative, yet creative and tormented figure, and depression as someone emotionally dulled. Likewise, the melancholic body shows a reduction of the intersubjective possibility, while the depressive one limits and restricts it. This interdisciplinary approach offers a deeper understanding that can enrich the diagnosis and treatment of these conditions.

Keywords: *Melancholy, depression art, experience.*

Introducción

Hoy en día la prevalencia del diagnóstico de “depresión” en América Latina se encuentra entre el 4,7% y el 5,8% de la población adulta (OMS, 2024). Particularmente en Colombia, las cifras oscilan alrededor del 4.7% de la población adulta siendo una de las principales causas de discapacidad y pérdida de años de vida saludable. Para abordar esta problemática, uno de los muchos esfuerzos, han de centrarse en el adecuado diagnóstico y tratamiento de las personas a quienes les aflige este trastorno. Es allí, en donde pretendemos esbozar de manera breve cómo comprender los trastornos del estado de ánimo asociados a la depresión desde una perspectiva experiencial que permita cambiar la discusión desde una perspectiva cuantitativa a una cualitativa. Para ello se hará uso del arte como una herramienta poderosa para comprender la experiencia subjetiva y el flujo de conciencia de aquellos que conviven con estos trastornos.

Tradicionalmente el diagnóstico de una enfermedad mental está enmarcado en la categorización, actualización y experticia consolidada en el manual guía de diagnóstico denominado DSM o CIE. La depresión entra en los llamados trastornos del estado de ánimo, siendo en la última versión DSM V, una de las dos categorías principales- la otra son los trastornos bipolares-. La melancolía, cuya historia y estudio lleva ya varios siglos, se ubica como un especificador dentro de los trastornos depresivos, no como un trastorno independiente. Sin embargo, en su versión anterior, DSM IV, se abogaba para que fuese reconocida como un trastorno del estado de ánimo en sí mismo al mostrar una homogeneidad biológica distintiva en la experiencia clínica y los marcadores de laboratorio y, al responder de forma diferencial a las intervenciones terapéuticas específicas (Parker & cols. 2010). Valga la pena revisar cómo desde las narraciones artísticas podemos observar la experiencia cualitativa diferencial de la melancolía.

La melancolía ha sido un tema constante en las diversas formas de arte que buscan retratar la experiencia humana: el sufrimiento, la introspección y la fragilidad emocional. Desde la Grecia clásica y posteriormente en la Edad Media y el Renacimiento, la melancolía era considerada el producto del exceso de uno de los

"cuatro humores" del cuerpo humano – la bilis negra- y, se vinculaba con un temperamento sombrío, introspectivo y a menudo creativo.

En este contexto, el melancólico no era visto solamente como enfermo, sino también como alguien predispuesto a la reflexión profunda y su representación artística estaba ligada a la figura del genio creativo atormentado (Klibansky, Panofsky & Saxl, 1964). Un ejemplo emblemático es la obra *Melancolía I* (1514) de Albrecht Dürer, donde la figura central encarna la reflexión profunda y el estancamiento espiritual, entre elementos de ciencia y arte.

Con el auge del pensamiento racional y el desarrollo de la medicina moderna esta visión comienza a cambiar. Después del Renacimiento, el concepto de los humores fue reemplazado por explicaciones científicas que buscaban en las emociones y la enfermedad mental la causa de esta aflicción. Fue así como la explicación de la melancolía se aleja de la idea de desequilibrios corporales y empieza a enmarcarse bajo la idea de una condición psicológica compleja asociada a cambios del estado de ánimo. Para el siglo XIX, figuras como Emil Kraepelin redefinen la melancolía bajo los términos de la psiquiatría moderna y establece una distinción entre la melancolía y la depresión – términos que muchas veces se usaban de manera indistinta-. Hoy en día, la melancolía ha sido absorbida casi por completo por el diagnóstico clínico de la depresión mayor, aunque persiste en el imaginario cultural como una expresión poética de la tristeza profunda, la nostalgia o la sensibilidad existencial (Radden, 2000).

Experiencias diferenciales en la melancolía

La depresión y la melancolía han sido tradicionalmente asociadas a una profunda transformación de la experiencia corporal. Este fenómeno, que podríamos denominar “hipercorporalidad”, refiere a cómo el cuerpo se convierte en el escenario primordial donde se manifiestan los afectos y el sufrimiento psíquico, y cómo esta transformación ha sido representada y explorada en el arte a lo largo de la historia (Dörr-Zegers, 2002). Desde la fenomenología, el cuerpo es el punto cero de la experiencia: a través de él nos abrimos al mundo y a los otros. Sin embargo, en la melancolía, esta apertura se ve radicalmente alterada. El sujeto deprimido puede experimentar su cuerpo como

“muerto”, desvitalizado, carente de la capacidad de encuentro con el otro y consigo mismo (Segovia-Nieto, 2014). El yo, encarnado, se debilita y se disuelve ante la imposibilidad de sostener la intersubjetividad (Dörr-Zegers, 2002).

Desde la clínica, estos cambios corporales serían transformaciones cuantitativas entre la depresión y la melancolía; en mayor o menor medida el cuerpo de la persona deprimida y melancólica suele adoptar una postura cerrada, movimientos lentos y una notoria reducción de la expresividad gestual. Sin embargo, en el caso de la melancolía se ha encontrado que el empobrecimiento no solo afecta al mundo exterior, sino que recae sobre el yo mismo, que se experimenta como vacío y carente de valor (Segovia-Nieto, 2014). No es de extrañar que en el arte puedan distinguirse dos figuras: unas lánguidas con el gesto de llevarse la mano al rostro y aquellas con un rostro casi perdido en una escena de introspección profunda o, relatos en literatura de personajes cuya conexión con el mundo y con los otros parece haberse roto y personas terriblemente afligidas.

Otra de las características centrales en la melancolía es la inaccesibilidad afectiva. La inaccesibilidad afectiva en la depresión se manifiesta como un embotamiento emocional en el cual las personas se sienten incapaces de experimentar o expresar emociones positivas o negativas. Sin embargo, en la melancolía los afectos se describen como una “anestesia emocional existencial” donde desaparece la capacidad de experimentar cualquier tipo de afecto, incluyendo la nostalgia reflexiva típica de estados melancólicos leves. (Silber et al. 1980). Esta diferencia se ve más clara en tanto el componente de la sensibilidad creativa: mientras las emociones se bloquean, se permite la coexistencia con una hiperreactividad intelectual o filosófica ligada a la sensibilidad sin afectación (Burton, 2001). Esto contrasta con el embotamiento depresivo, donde la incapacidad afectiva se acompaña usualmente de deterioro cognitivo y motor.

En el arte, la inaccesibilidad afectiva en la depresión y la melancolía se refleja mediante recursos estéticos diferenciados. En la obra *Sin esperanza* de Frida Kahlo se plasma el embotamiento emocional a través de composiciones que enfatizan el vacío existencial: la artista se autorretrata con un embudo alimenticio que incluye una calavera

con su nombre, simbolizando la desconexión entre estímulos externos y respuestas internas. En cambio, en la *Melancolía I* de Durero (1514) se ve la figura contemplativa rodeada de herramientas intelectuales, ilustrando la paradoja entre la hiperactividad creativa y el bloqueo afectivo. Así mismo, esta desconexión de la emoción y su intelectualización se puede ver en *Melancolía* (1891) de Edvard Munch y la silueta pensativa de Jappe Nilssen (Prideaux, 2005). En literatura, autores como Sylvia Plath muestran la depresión como paralización, mientras Baudelaire pinta la melancolía como un diálogo entre el dolor y la belleza.

Para concluir, las diferencias experienciales entre la depresión y la melancolía que buscan volver a ser separadas en pro de mejores diagnósticos y tratamientos pueden verse nutridas con el trabajo realizado desde el arte que retrata experiencias subjetivas diferenciales. El trabajo para clasificar y retratar las enfermedades mentales realizado desde la psiquiatría y psicología debería estar abierto a conversar con otras disciplinas que le permita reconocer el transitar histórico y cultural de estas enfermedades, así como su componente subjetivo.

Referencias

- Burton, R. (2001). *The anatomy of melancholy*. New York Review Books. (Obra original publicada en 1621)
- Dörr-Zegers, O. (2002). Fenomenología de la corporalidad en la depresión delirante. *Salud Mental*, 25(4), 1-9.
- Identificación de barreras de la depresión no atendida en Colombia y recomendaciones de política
- Klibansky, R., Panofsky, E., & Saxl, F. (1964). *Saturn and melancholy: Studies in the history of natural philosophy, religion and art*. Thomas Nelson and Sons.
- Parker, G., Fink, M., Shorter, E., Taylor, M. A., Akiskal, H., Berrios, G., ... & Swartz, C. (2010). Issues for DSM-5: whither melancholia? The case for its classification as a distinct mood disorder. *American Journal of Psychiatry*, 167(7), 745-747.
- Prideaux, S. (2005). *Edvard Munch: Behind the Scream*. Yale University Press.
- Radden, J. (2000). *The nature of melancholy: From Aristotle to Kristeva*. Oxford University Press
- Silber, E., Rey, A. C., Savard, R., & Post, R. M. (1980). Thought disorder and affective inaccessibility in depression. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 41(5), 161-2.
- Segovia-Nieto, L. M. (2014). La experiencia melancólica: una configuración diferencial entre la depresión mayor y la melancolía. *Cuadernos hispanoamericanos de psicología*, 14(2), 5-1

CAPÍTULO 4.

**Arte: transformación y esperanza en
comunidades vulnerables.**

Isabella Londoño Bejarano 

Universidad del Rosario, Colombia.

Resumen

El teatro aplicado es un interlocutor crucial en la esfera pública, un espacio donde se entrelazan lo fenomenológico y lo estructural de los sentimientos de una comunidad, creando nuevas fronteras abstractas. Como un grito de sensibilidad, nos desafía a cuestionar si nuestra perspectiva de la realidad es fiel a las experiencias vividas por todo el colectivo, y, al encarnar al otro, a cruzar fronteras y tender puentes que transformen los márgenes en el centro, aunque sea por un momento (aunque a veces un momento puede construir toda una vida).

En esta ponencia, se explora cómo el arte, y en particular el teatro aplicado, puede ser una herramienta poderosa para el cambio de narrativas, el bienestar y la potenciación de la esperanza en comunidades vulnerables. Basada en sus experiencias prácticas con pacientes hospitalarios en Colombia, niños y jóvenes refugiados en Marruecos e Inglaterra, y con personas de la comunidad refugiada LGBTQ+ ucraniana y rusa en Londres; la autora reflexiona sobre casos específicos donde el arte ha servido como catalizador para la resiliencia, la promoción de la salud mental, la cohesión social y la transformación positiva de las comunidades, destacando el impacto del arte en la creación de espacios para la expresión emocional y la construcción de nuevas narrativas que refuercen la identidad y la esperanza.

Palabras Clave: *comunidad, identidad, narrativa, teatro aplicado.*

Abstract

Applied theatre is a crucial interlocutor in the public sphere, a space where the phenomenological and the structural of a community's feelings intertwine, creating new abstract boundaries. As a cry of sensitivity, it challenges us to question whether our perspective on reality is faithful to the lived experiences of the whole collective, and, by embodying the other, to cross borders and build bridges that transform the margins into the centre, if only for a moment (although sometimes a moment can build a lifetime).

This paper explores how art, and in particular applied theatre, can be a powerful tool for narrative change, wellbeing and the empowerment of hope in vulnerable communities. Based on her practical experiences with hospital patients in Colombia, refugee children and youth in Morocco and England, and with people from the Ukrainian and Russian LGBTQ+ refugee community in London, the author reflects on specific cases where art has served as a catalyst for resilience, mental health promotion, social cohesion and the positive transformation of communities, highlighting the impact of art in creating spaces for emotional expression and the construction of new narratives that reinforce identity and hope.

Keywords: *community, identity, narrative, applied theatre.*

“La plataforma desde la que crea un artista es mayor que la autoexpresión individual”

—(Cohen-Cruz, 2010, p. 195)

¿Qué importancia tienen los discursos que nos rodean, las historias que nos han criado, las narrativas que se nos presentan día a día? ¿Cómo desde el arte impactamos aquellos discursos? A primera vista, podría parecer una pregunta insignificante, sin embargo, me ha chocado conmigo una y otra vez en el transcurso de mi vida y ha definido el propósito de mi carrera como artista y pedagoga, sin que yo me lo propusiera.

En el 2016 me mudé a Bogotá y trabajé durante varios años como clown hospitalario visitando a niños, jóvenes, adultos y adultos mayores que se encontraban experimentando el estado de paciente en hospitales y clínicas de la ciudad. Entendía mi presencia clownesca en los hospitales como un medio para generar bienestar a través de la risa. Había estudiado lo suficiente para entender la química detrás del bienestar fisiológico y mental que deviene de la risa: desencadena la liberación de endorfinas, reduce cortisol, mejorar la circulación sanguínea, refuerza el sistema cardiovascular e inmunológico y fomenta un estado mental positivo que nos ayuda no solo a aliviar la tensión sino también a fortalecer relaciones interpersonales mejorando la comunicación.

Un día, mientras hacía mis rondas en el pabellón pediátrico tuve la fortuna de entrar a una habitación justo después de que un doctor acabara de dar su diagnóstico a un niño. La madre se encontraba en un estado evidente de preocupación. El niño la miraba fijamente, a través de su madre (y sus reacciones) trataba de explicarse a si mismo su situación y era evidente que comenzaba a asustarse respondiendo a los gestos de su madre. Cuando le pregunté qué sucedía me dijo con una nota muy baja que tenía una arritmia cardíaca. Inmediatamente de mi inventiva picaril saqué mi estetoscopio y le pedí que me dejara hacer un mi propio diagnóstico. Buscamos el latido de su corazón en la planta de sus pies, en su estómago, en un hombro, y luego de reírnos de mis tonterías con una expresión de sorpresa le dije que el diagnóstico final era que su

corazón tenía flow. El niño quiso comprobarlo por si mismo y busco su propio latido con mi estetoscopio.

Cuando lo halló, inmediatamente comencé a rapear una canción y lo invité a unirse, bajo el manto de que estábamos componiendo música al son de su propio beat. La cara del niño no volvió a tornarse opaca durante esos minutos. Dos semanas después volví a encontrármelo en un pasillo del hospital. Me haló de la bata-clown preguntándome si me acordaba de él, “soy el que tiene flow en el corazón” decía, y luego me invitó a escuchar nuevas canciones que había compuesto. Fue ahí cuando realmente entendí mi verdadero propósito en ese espacio: cambiar narrativas.

Dorinne Kondo, dramaturga y catedrática de Estudios Americanos y Etnicidad y Antropología en la Universidad del Sur de California, desde hace unos años ha alzado el argumento de que a medida que los artistas de teatro crean su arte, crean y deshacen el concepto de raza ya que a través de la interacción entre la audiencia y el performer se estimula la sensorialidad haciendo que el espectador pueda afectarse por las representaciones intelectuales y políticas en el hecho escénico (Kondo, 2018). Personalmente pienso que raza no es el único concepto que se crea, se deshace o se refuerza sobre un escenario. Podría ser cualquiera: género, identidad, naturaleza, etc. El teatro tiene de especial que juega en el campo de la narrativa, crea historias y nosotros como seres humanos nos moldeamos a las exigencias de una sociedad gracias a las historias a las que somos expuestos en ella. “El teatro demuestra que los mundos se construyen, se imaginan y se modelan humanamente, en colaboración con objetos y tecnologías que en sí mismos están repletos de posibilidades” (Kondo, 2018, p. 27).

Entonces el clown hospitalario no solo tiene como posibilidad interventora el de distraer, dar alegría, ayudar a la rápida recuperación, etc. A través de la imaginación y el juego modifica la narrativa/percepción de los roles e identidades de quienes convergen en ese espacio llamado hospital, impactando mayormente en la autopercepción del paciente, rompiendo las jerarquías, resignificando objetos (y tratamientos) y reconfigurando las relaciones sociales (Muñoz, 2014). Voy a ponerlo de la siguiente manera: cuando entramos a un hospital en una condición de enfermos automáticamente se nos pone la etiqueta de “paciente”. Esta etiqueta viene acompañada

por todo un imaginario colectivo sobre aquello que identifica a alguien como “paciente”: Alguien que no puede valerse por sí mismo, falta de agencia (porque debe supeditarse a las decisiones, acciones y tratamientos por parte de doctores, enfermeras y acompañantes), alguien débil/delicado que debe de estar acostado todo el tiempo, que no debería estar haciendo esfuerzos, que debería estar en silencio, etc. Este discurso imaginativo de lo que es un “paciente”, y que precede al encuentro de este en el mundo físico, influye el cómo este individuo es percibido por otros, muchas veces condicionando el relacionamiento social y el trato que ha de recibir por parte de los otros. Tarde o temprano esta percepción terminará influyendo en la autopercepción del “paciente” repercutiendo en su estado de ánimo, su conducta y en su biología: vemos seres de miradas tristes, cuerpos deprimidos, voces silenciadas, faltos de autonomía, de sentido de agencia, que son privados de su derecho a la privacidad, etc.

Cuando yo entraba a una habitación y jugaba con una jeringa a que esta era un cohete espacial estaba cambiando la percepción de dolor y miedo que recae sobre la jeringa y eso habría la posibilidad de que en un próximo encuentro cuando el paciente la volviera a encontrar bajara su nivel de tensión en respuesta a ella. Que cuando yo preguntara si podía entrar a una habitación, o si se me permitía entrar en contacto con él, sintiera que tenía agencia sobre ese espacio que habitaba, ese cuerpo que es suyo. Que cuando le dije a aquel niño que su corazón tenía flow, él pudiera experimentar otro tipo de relación con el diagnóstico más allá de la cara de disgusto de su madre. Esta capacidad de alterar el ambiente psicosocial a través del juego ayuda a que los “pacientes” dejen de verse únicamente como “enfermos” y puedan experimentar momentos de normalidad, dignidad y humanidad

El problema de las etiquetas es que pertenecen casi siempre a una única narrativa (Adichie, 2019), es decir a un único pensamiento universal validado (¿por quién?) que alimenta la imaginación colectiva y por ende el valor y entendimiento con la que conformamos nuestra “realidad”, es decir: a una única forma validada de entender, relacionarse y experimentar el mundo. Las narrativas a las que me refiero son aquella raíz en nuestra sociedad, que están muy aferradas en nuestra historia e impactan nuestro contexto diario, aquellas que se han apoderado de la esfera pública y dominan como una

mono cultura, negando la existencia de otras perspectivas. Estas narrativas imponen una única forma validada de entender el mundo, lo que resulta en dinámicas de poder que pueden oprimir y limitar las posibilidades de conexión y encuentro significativo con el otro (Londoño, 2022). Que limitan nuestras decisiones porque limitan nuestra perspectiva y por ende nuestra búsqueda de posibilidades. Narrativas que vamos acogiendo y reforzando y que al final dictan como promuevo mi bienestar y el de la comunidad que me rodea.

El problema con esto es que quienquiera que esté presentando esta única narrativa es quien tiene el poder, lo que da como resultado un único concepto universalmente validado y un único método validado de entender, responder y experimentar el mundo que es reproducido una y otra vez y que tristemente como actores y artistas reforzamos en el desarrollo de nuestro performance. Y aquí es donde esto se vuelve difícil: además de influir en la forma en que los demás actúan conmigo, esta percepción también repercute en mi conducta, que no sólo responde positiva o negativamente a esta impresión, sino que también trata de encajar de una determinada manera en aquellas expectativas bajo el interés de conseguir la aprobación del otro. Y aquí es donde está el problema de representación ya que uno no se siente validado cuando no se ve representado en el mundo exterior, y “algunos desestiman los deseos de “verse a sí mismo” como “meras” políticas de identidad, pero esta desestimación se produce desde un lugar de privilegio” (Kondo, 2018). Yo me cuestiono todos los días dichas políticas de representación, ¿quién tiene la autoridad para decidir qué personajes e historias encajan? ¿cómo se ve a los que han sido expulsados y cómo se ven ellos mismos?

Cuando que migré a Europa y se me impuso socialmente las etiquetas de “migrante” y “latina”, experimenté cómo estas moldearon la forma en que me relacionaba y actuaba en el mundo; inconscientemente comencé a comportarme según las expectativas que los europeos tenían sobre lo que era una latina, muchas veces pasando por alto microagresiones, con el propósito de encajar en su mundo (así sea en el lugar que se me había designado dentro de su narrativa).

Una vez en Europa, y a través del clown llegué a la organización The Flying Seagull Project, que no puede ser mejor descrita como un colectivo de artistas, payasos, y adultos con un niño interior muy exterior, que su misión es llevar el juego a espacios donde no está concebido porque creen fielmente que el jugar debe estar presente en la vida de un niño (véase el artículo 31 de Convención sobre los Derechos del Niño de las Naciones Unidas). Así que esta organización que ha estado presente en más de 24 países y en 4 continentes trabajando con 500.000 niños, llega a zonas de conflicto, campamentos de refugiados y zonas con alto índice de negligencia y abandono sistemático a la población infantil, para jugar, cantar y reír con ellos.

Normalmente se nos ha inculcado la creencia de que el juego y la risa se da donde todo “está bien” y concertamos los “momentos adecuados” para jugar. Esta narrativa nos ha llevado a volver el juego u privilegio de pocos, minimizando el rol que jugar, sobre todo en la infancia, cumple en el desarrollo de un adulto “funcional”. Esto deriva a que hoy en día haya niños que están en situaciones donde no pueden acceder al juego. Pero es precisamente en los lugares más necesitados donde jugar adquiere una dimensión poderosa. “Traer de vuelta el juego a comunidades en crisis puede tener un efecto tan profundo que, literalmente, puede cambiar la dirección de vida de una persona”(Perrin, 2018, 0:45)

Más allá de las habilidades motoras y sensibles que los niños adquieren, jugar es la forma en que los niños descubren el mundo, interactúan con él y comienzan a crear sus propias ideas y narraciones sobre este, configurando que rol pueden jugar en la sociedad y qué posibilidades tienen a su alcance. Jugar entonces configura su ethos social. Aprenden desde este lenguaje exploratorio, incluso mucho antes de aprender otro lenguaje. “El juego es el lenguaje indígena del niño, y es el lenguaje más sencillo que existe” (Perrin, 2017). Si no pueden hacerlo entonces no pueden desarrollarse y crecer en sociedad ya que no hay espacio para aprender habilidades como confianza, desenvoltura social, comunicación, etc.

Para mí no es una coincidencia que en inglés una obra de teatro sea referida como “a theater play”. Al fin y al cabo, es lo que hacemos los actores: jugar. Entrenamos durante años para volver a jugar como los niños, porque el juego (para cumplir sus

objetivos, sobre todos los ya mencionados en el párrafo anterior) exige revelación total, energía y autenticidad absoluta. No hay algo que se tome más en serio en este mundo que un juego que es jugado por niños. El juego exige que estemos presentes, el gran aquí y ahora escénico, y que nos lancemos con un gran “¡sí!”. Para Flying Seagull Project, el juego auténtico no tiene una agenda, presión o resultado específico, sino de abrir todo el corazón, dedicarse a una total flexibilidad mental y permitirse llevar (Perrin, 2017). El juego sólo funciona si perdemos todo ego. Y por eso el clown, el clown es honesto, no posee ego, es vulnerable y abierto a una conversación con todos; aun cuando no hablemos el mismo idioma, el clown puede comunicarse desde el gesto, desde los sonidos, el ritmo. El clown es el actor jugando en su grado más honesto. Al ser tú mismo, les permites hacer lo mismo y comprender, gracias a tu honestidad, que todos tenemos un lugar y un rol que ocupar.

A través del juego cambiamos la narrativa de espacios como los campos de refugiados o los hoteles donde son acinados al llegar a un país europeo, en donde nada les pertenece y donde no tienen ningún contacto con el mundo que antes conocían, devolviéndoles el control de sus vidas por el instante que dura el juego, siendo ellos quienes toman las decisiones y diciéndoles que sus sueños en este espacio si importan.

Es frívolo despreciar estas experiencias como una mera distracción para los niños en la infancia. El juego forma cimientos para la vida, y muchos de estos están relacionados con nuestra capacidad para proyectarnos desde el juego y soñar con lo que puede ser. Si no tenemos acceso a poder soñar con un futuro, ¿cómo podemos incluirnos dentro de una sociedad? ¿cómo pensar que miles de niños y jóvenes que crecen bajo el marco de la violencia y la negligencia sin una esperanza del mañana puedan sentirse bien con ellos mismos en el hoy? Ash Perrin, fundador de Flying Seagull Project lo dice en una sola frase “Cuerpos y mentes que se sienten bien, sanan bien”(Perrin, 2018, 09:34).

A finales de 2019, alrededor de 272 millones de personas en el mundo vivían en un país diferente al de su nacimiento. Esa noción de que la mayoría de las personas no se desplazan o se mantienen fijas en un sitio, puede parecer atractiva, pero es incorrecta. La movilidad es un atributo inherente a todas las comunidades, a no ser que haya

políticas particulares u otros elementos que la restrinjan o regulen (McAuliffe et al., 2019). La migración está relacionada con las mayores transformaciones mundiales en ámbitos como el económico, el tecnológico, el social y el político, afectando y moldeando nuestras rutinas diarias y nuestras vidas sociales; y sin embargo la etiqueta de “migrante” carga con un imaginario colectivo amenazante, repulsivo y poco conciliador. La interacción entre los migrantes y las comunidades donde habitan es un elemento esencial e importante del ciclo migratorio. Esta relación se basa en los procesos psicológicos y sociológicos de adaptación mutua entre los migrantes y las comunidades receptoras, los cuales afectan el nivel de inclusión y el sentimiento de pertenencia que sienten los migrantes (McAuliffe et al., 2019).

La inclusión es un proceso de adaptación recíproca de los migrantes y las comunidades de acogida, en el que su éxito depende de factores individuales y del contexto, lo que la convierte en una experiencia muy personal. Parte del proceso de adaptación se desarrolla en el ámbito de la aculturación.

Aculturación es un término definido como el cambio cultural que resulta del contacto continuo y de primera mano entre dos grupos culturales distintos (Berry, 1992); en este caso para alguien que ha emigrado a una nueva comunidad, el proceso de aculturación implica numerosos cambios, desde, un nuevo tipo de vivienda, aumento de la densidad de población, contaminación; nuevo estado nutricional, nuevas enfermedades, nuevo idioma, nuevos hábitos de socialización, etc. Finalmente, para la persona, existen transformaciones psicológicas; casi siempre ocurren cambios en el comportamiento y una modificación en el estado de salud mental cuando las personas tratan de ajustarse a su nuevo entorno cuando tratan de ajustarse a su nuevo entorno (Berry, 1992).

Entonces, ¿cómo afrontar el estrés de la aculturación en un país donde la única lectura que se tiene de alguien como ser es la narrativa única de “migrante” y dónde la aculturación no es un proceso bilateral, sino una exigencia unilateral?

Drag for the Future nació en Edimburgo como un espacio de celebración de identidades queer para reclamar un espacio en una ciudad que no alimentaba opciones: Una calle con dos bares gay en una zona industrial. Inicialmente se llamaba Drag For

The Apocalypse, un título que había sido alimentado por los sentires del momento, un mundo en llamas, postpandemia, la guerra rusia/ucrania, los conflictos en África, la situación de los migrantes en UK, y que mi colega y co-facilitadora de DFTF, Masha Tiunova, nunca lograba encontrar niñera para su hijo con autismo. Utilizando como inspiración todo aquello que nos generaba rabia, angustia, todas aquellas narraciones que se contaban sobre nuestras identidades, creamos un taller abierto a todo público para generar personajes y pequeños performance drag (que luego compartimos en una celebración gratuita y abierta a todos, como un espacio alternativo a Edinburgh International Festival que se tomaba la ciudad por esos días), con el ánimo de incentivar a nuestros participantes a reclamar nuestras etiquetas y tener la libertad y control de resignificarlas, así como muchos movimientos feministas lo hicieron con palabras como “bitch” y “cunt”.

De vuelta en Londres el proyecto creció, y fue acogido por United Queerdom y Queer Circle para abrir un espacio de expresión para una comunidad queer conformada en su mayoría por refugiados ucranianos y rusos. Fue un proyecto de gran importancia para nosotras por el momento social en qué nos encontrábamos: los diarios inundaban las calles con los titulares más escandalosos sobre los hechos de la invasión rusa a Ucrania. Entendimos que nuestra primera aproximación desde la rabia y la angustia, si bien como detonante creativo inicial tenía un gran empuje, a largo plazo carecía de un poder constructivo. Debíamos cambiar el discurso para poder generar un impacto de bienestar duradero. Cambiamos el nombre a Drag For The Future, porque en este espacio íbamos a crear desde las esperanzas que queríamos cultivar para el futuro.

Entonces todo el performance y creación de personajes drag se enraizaba a las distintas esperanzas que queríamos cultivar para el futuro, arraigándonos en espacios emocionales de alta vibración que experimentábamos como comunidad a través de meditaciones guiadas, reflexiones sobre las narrativas que deconstruíamos y epifanías artísticas. Fue a través de la esperanza que como colectivo encontramos un propósito, y ese propósito nos dio un sentido de comunidad, y a través de esta pudimos hacer frente al estrés que se vivía bajo el proceso de aculturación.

Tradicionalmente entendemos “comunidad” como un colectivo de personas con intereses, características o elementos en común y, por tanto, creemos que crea un espacio de pertenencia. Sin embargo, en muchas ocasiones, y como ha señalado Sheila Preston, me he encontrado con que muchos participantes se sentían frecuentemente en conflicto sobre su “pertenencia” a la comunidad a pesar de unirse activamente a ella por falta de aceptación social (Preston, 2009). “A veces parece que el concepto de comunidad se convierte en una aglomeración de etiquetas que intentan definir las identidades y que, a su vez, refuerzan ideas preconcebidas y los juicios” (Londoño, 2022, p. 38).

En palabras sencillas: todo aquello que nos une en común puede diferenciarnos de los demás, aislándonos y creando fronteras hacia otros y en la propia multiplicidad del individuo. Y puede que en este proceso negociemos constantemente nuestra identidad, luchando por equilibrar los múltiples componentes con las “reivindicaciones de las distintas comunidades a las que estamos conectados” (Anderson, 1996).

“Comunidad supone una conversación polifónica, significa que cada uno de los que participan en ella tiene su propia identidad, que está construida por una multiplicidad de posibilidades de ser. Y ese es un aspecto que debemos cuidar como facilitadores” (Londoño, 2022, p. 38). Sin embargo, los imaginarios colectivos sobre etiquetas que utilizamos para enmarcar algunas comunidades hacen de esta voz polifónica una voz monofónica.

Desde mi experiencia facilitando múltiples talleres de teatro aplicado a diferentes comunidades alrededor del mundo, yo propongo: dejar de entender la comunidad como un espacio al que pertenecer, y entenderla como un espacio en el que ser y basándonos en que el elemento congregador de una comunidad no es una característica que nos una, sino en un propósito, abriendo el espacio a la concepción fluctuante y móvil de la identidad de cada miembro, y al mismo tiempo al encuentro interétnico y cultural (Londoño, 2022). Un espacio cuya identidad se construye y reconstruye constantemente a partir de las identidades individuales que confluyen en él. Y tal vez esto nos ayudaría a evitar el carácter excluyente de las etiquetas, “porque las personas puedan parecer que realizan actividades juntas no significa que compartan

valores comunes, ni entre ellas, ni con las estructuras sociales en las que se produce la actividad” (Preston, Sheila, 2016, p. 19).

¿Por qué utilizar el drag? El arte del drag es una forma de expresión creativa que descubre nuevas identidades, celebra comunidades elegidas y aporta visiones de futuro: múltiples formas de ser que hoy nos resultan plausibles fueron imaginadas en su día dentro de las comunidades queer a través de la performance queer. El drag cuestiona el orden existente de las cosas y vislumbra posibilidades.

Los contextos actuales nos dan mucho contra lo que luchar y nos dejan poco espacio para imaginar, soñar y crear. Drag For The Future fue un respiro para desarrollar un sentido comunitario de esperanza mientras se interpretan las identidades preferidas. Como comunidad queer debemos reconocer que hay muchas cosas en nuestra sociedad que hemos tenido que afrontar y superar. Sin embargo, es importante mantener la esperanza y crear visiones de futuro para no desesperar y seguir aferrándonos a lo que somos. Actuar no en contra sino en resonancia con un sentido en un espacio de conexión con nosotros mismos para luchar contra las divisiones creando comunidades.

A todo esto, que he aquí expuesto, podríamos llamarlo creatividad reparadora, una forma de intervención artística y activista en aquellas narrativas y discursos circulantes en la esfera pública, para deconstruirlos, recomponerlos, alimentarlos y nutrirlos de las narrativas que quedan al margen, en la periferia del mainstream. Creando momentos transformadores de integración y reparación de los individuos que llegan a conformar comunidad con el arte.

Entonces el teatro, aplicado a contextos fuera de los considerados teatrales, es un espacio cultural: en su performatividad crea, transforma y reproduce las narrativas que dan forma a la cultura y, por tanto, a la sociedad. Cambiar esas narrativas dominantes para transformar la forma en que nos encontramos con el otro y abrir las posibilidades de la forma en que creamos las bases para relacionarnos con él, es uno de los objetivos que persigo como practicante. Considerar la realidad de la facilitación en arte como un acto o intervención crítica y pedagógica significa considerar la relación dialéctica de la práctica con el contexto en relación con nuestra pedagogía y el desarrollo de un bienestar significativo en nuestros participantes. Al final lo que llamamos

naturaleza humana o cultura y su desarrollo en la sociedad es sólo el resultado de prácticas discursivas que pueden ser canalizadas para el desarrollo de la convivencia entre las diferencias.

Referencias.

- Adichie, C. N. (with Garcés, M.). (2019). El peligro de la historia única (C. Rodríguez Juiz, Trad.). Literatura Random House.
- Berry, J. (1992). Acculturation and adaptation in a new society. *Quarterly Review*, XXX.
- Cohen-Cruz, J. (2010). *Engaging performance: Theatre as call and response*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9780203847695>
- Kondo, D. K. (2018). *Worldmaking: Race, performance, and the work of creativity*. Duke University press.
- Londoño, I. (2022). *Vivir Sabroso, an alternative narrative to working within communities [Disertación]*. Royal Central School of Speech and Drama.
- McAuliffe, M., Kitimbo, A., & Khadria, B. (2019, noviembre 27). Reflections on migrants contributions in an era of increasing disruption and Disinformation [Text]. United Nations. <https://doi.org/10.18356/d1156bb4-en>
- Muñoz, D. S. (2014). Valoración de los médicos acerca de las intervenciones de clown de hospital: El caso del hospital Carlos Van Buren de Valparaíso. <https://repositoriobibliotecas.uv.cl/serveruv/api/core/bitstreams/db39e139-4f2b-4808-b863-7563cccfc6bf/content>
- Perrin, A. (Director). (2017). *The Clowns Helping Refugee Children To Laugh Through Play [Video recording]*.
- Perrin, A. (Director). (2018). *The Power of Play [Video recording]*. <https://www.youtube.com/watch?v=VNAtVKLxjnA>
- Preston, S. (2009). Introduction to Ethics of Representation. En *The Applied Theatre Reader*. Routledge.
- Preston, Sheila. (2016). *Applied Theatre: Facilitation*. Bloomsbury.

CAPÍTULO 5.

Arte para la educación emocional: creación de un laboratorio de experimentación artística y emocional para el desarrollo de la empatía en estudiantes universitarios.

Ana K. Sierra Rodríguez 

Universidad del Rosario, Colombia.

Resumen

La presente reflexión surge del proceso investigativo que dio lugar a la creación de un laboratorio de experimentación artística y emocional como propuesta pedagógica para el fortalecimiento de la empatía en estudiantes de pregrado. Este trabajo plantea la necesidad de diversificar los lenguajes a través de los cuales se enseña y se educa emocionalmente, reconociendo que lo verbal no siempre resulta suficiente ni accesible para todos. Desde una perspectiva experiencial y sustentada en la cognición corporizada, se propone el arte como un medio potente para expresar, comprender y transformar las emociones, facilitando procesos de autoconocimiento y conexión con los otros.

***Palabras clave:** educación emocional, arte, cognición corporizada, empatía, laboratorio artístico, expresión emocional.*

Abstract

This reflection stems from the research process that led to the creation of an artistic and emotional experimentation lab as a pedagogical strategy to foster empathy in undergraduate students. The paper highlights the need to diversify the languages through which emotional education is delivered, recognizing that verbal expression is not always sufficient or accessible to all. Based on experiential learning and embodied cognition, art is proposed as a powerful medium for expressing, understanding, and transforming emotions, fostering self-awareness and interpersonal connection.

***Keywords:** emotional education, art, embodied cognition, empathy, artistic lab, emotional expression.*

Introducción

En los últimos años, la educación emocional ha cobrado especial relevancia en el contexto universitario, no solo por su impacto en el bienestar psicológico, sino también por su relación con el desarrollo de habilidades sociales, la convivencia y la prevención de violencias. Sin embargo, gran parte de las propuestas formativas en este campo siguen centradas en el uso de herramientas verbales, dejando de lado la diversidad de formas en que las personas viven, comprenden y comunican sus emociones (Sierra 2024). Esta limitación representa un reto, especialmente en contextos educativos que buscan ser inclusivos y sensibles a las particularidades de sus estudiantes.

La experiencia que se relata en este artículo se deriva de una investigación cuyo objetivo fue diseñar un laboratorio de experimentación artística y emocional para promover la empatía en estudiantes universitarios (Sierra, 2024). El punto de partida fue una pregunta: ¿pueden las experiencias artísticas y estéticas, cuando están orientadas al desarrollo socioemocional, contribuir efectivamente al fortalecimiento de la empatía?

Explorar más allá de lo verbal: necesidad de lenguajes alternativos

Educar emocionalmente no debería implicar únicamente nombrar las emociones, clasificarlas o analizarlas desde la lógica. Aunque la palabra tiene un valor inmenso, no todas las personas encuentran en ella su vía natural de expresión. Existen emociones que se enredan en el cuerpo, que se manifiestan en silencios, en colores, en gestos, en formas. Algunas personas se descubren a sí mismas bailando lo que no pueden decir o dibujando lo que no alcanzan a entender. Por ello, urge pensar en propuestas pedagógicas que abran espacio a estos lenguajes alternativos.

La educación emocional adaptativa implica no solo enseñar sobre emociones, sino hacerlo de formas que reconozcan la singularidad expresiva de cada persona. Esta visión se alinea con el enfoque de la cognición corporizada, que reconoce que el

aprendizaje no ocurre solo en el plano intelectual, sino en el diálogo constante entre cuerpo, mente y entorno (Varela, Thompson & Rosch, 1991).

Laboratorios artísticos como espacios pedagógicos alternativos

John Dewey (1916) subraya la importancia de la educación como un proceso activo y participativo, donde el estudiante no es un receptor pasivo, sino un agente que construye conocimiento a partir de la experiencia. Esta visión es retomada y profundizada por David Kolb (1984), quien plantea que el aprendizaje significativo ocurre cuando la experiencia concreta se convierte en punto de partida para la reflexión, la conceptualización y la experimentación activa.

Desde esta perspectiva, un laboratorio artístico no solo es un espacio para crear, sino un entorno donde el cuerpo y la emoción se integran al proceso educativo, permitiendo que el conocimiento se construya desde la vivencia. Al favorecer esta forma de aprender haciendo, el laboratorio se convierte en un escenario pedagógico donde lo emocional, lo corporal y lo estético se articulan en un proceso transformador.

En este tipo de laboratorio, la experimentación no es un fin en sí mismo, sino un medio para generar procesos de reflexión y transformación emocional. Las actividades van desde la pintura expresiva hasta la creación de performances, pasando por la escultura colaborativa o la música como vehículo de diálogo emocional.

Cognición corporizada y empatía: el cuerpo como vía de comprensión

La cognición corporizada parte de la premisa de que la mente no opera de forma aislada, sino que emerge de la interacción entre el cuerpo, el entorno y la acción. Desde este enfoque, aprender no es únicamente adquirir conceptos abstractos, sino vivenciar el conocimiento a través de experiencias sensoriales y corporales. Varela, Thompson y Rosch (1991) sostienen que el conocimiento no es una representación estática del mundo, sino una forma de acción situada que se construye desde la experiencia

encarnada. Esta perspectiva cuestiona la separación tradicional entre razón y cuerpo, y propone que todo acto cognitivo está profundamente enraizado en nuestra corporeidad. En contextos educativos, reconocer esta dimensión implica valorar lo sensorial, lo emocional y lo motor como caminos legítimos para el aprendizaje. Por eso, en un laboratorio artístico, el cuerpo no solo acompaña el proceso formativo, sino que se vuelve protagonista en la construcción de sentido (Sierra, 2024).

A través del cuerpo, el estudiante no solo “entiende” la emoción del otro: la siente, la explora, la interpreta desde su propia sensibilidad. Esto fortalece su capacidad de resonancia afectiva y, en consecuencia, su disposición empática.

Implicaciones pedagógicas y proyecciones

El laboratorio artístico y emocional diseñado en esta investigación propone una ruta para repensar la educación emocional universitaria. Implica una invitación a salir del aula tradicional, a moverse, a ensuciarse las manos, a dejar que el cuerpo se vuelva un recurso pedagógico. También implica un cambio en la forma de evaluar: más que medir resultados, se busca acompañar procesos.

Este enfoque también llama la atención sobre la necesidad de formar educadores sensibles a estas formas de expresión, que puedan sostener la experiencia artística sin juzgarla, sin dirigirla, sin reducirla a un contenido.

Conclusiones

Educar emocionalmente es un acto de apertura: hacia el otro, hacia lo inesperado, hacia lo que no siempre puede decirse. La propuesta del laboratorio artístico apuesta por un modelo educativo que se atreve a habitar el lenguaje del cuerpo, del trazo, del sonido, para acompañar el desarrollo emocional y empático de los estudiantes. En un mundo saturado de discursos, crear espacios donde el arte tenga un lugar legítimo para decir lo que no se dice con palabras, es también un acto de cuidado.

Referencias

- Dewey, J. (1916). *Democracy and education: An introduction to the philosophy of education*. Macmillan.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Nussbaum, M. C. (2001). *Upheavals of thought: The intelligence of emotions*. Cambridge University Press.
- Sierra Rodríguez, A. K. (2024). *Creación de un laboratorio de experimentación artística y emocional para el desarrollo de la empatía en estudiantes de pregrado [Tesis de maestría, Universidad del Rosario]*. Repositorio Institucional Universidad Distrital Francisco José de Caldas. <https://repository.udistrital.edu.co/items/a292e21a-3062-446c-a74f-6d65cb4a71a2>
- Varela, F. J., Thompson, E., & Rosch, E. (1991). *The embodied mind: Cognitive science and human experience*. MIT Press.

CAPÍTULO 6.

Emoción, arte e Inteligencia Artificial: ¿Cómo “florecer” en un contexto tecnológico?

Josué Bojorges 

Universidad Autónoma del Estado de Morelos, México.

Resumen

El arte es un campo a través del cual podemos acercarnos al potencial, los riesgos y las responsabilidades de interacción con la Inteligencia Artificial (IA). En este breve ensayo invito a reflexionar sobre el papel inherente de la tecnología en la historia del arte, describiendo que, pese a las diversas metodologías y técnicas materiales de creación, la experiencia estética se ha mantenido como un rasgo característico de nuestra capacidad para emocionarnos. Lo anterior no intenta menoscabar las particulares de la IA como una herramienta singular con habilidades inquietantes de elección generativa y cada vez más multimodal, sin embargo, dichas características no han emergido de manera aleatoria o espontánea, de hecho, son producto de un marco de evolución tecnológica desarrollada en conjunta interacción. Al final propongo tres modos de interacción artística humano-agente artificial hacia una cocreación floreciente: la complejidad del concepto herramienta, la democratización de la información y la constante validación de nuestra capacidad para ser agentes emocionales y estéticos.

Palabras clave: arte, cocreación, florecimiento, emoción, Inteligencia Artificial.

Abstract

Art is a field through which we can approach the potential, risks, and responsibilities of interacting with Artificial Intelligence (AI). In this brief work, I invite reflection on the inherent role of technology in the history of art, arguing that despite the diverse methodologies and material techniques of creation, the aesthetic experience has remained a defining feature of our capacity to be emotionally moved. This is not intended to diminish AI's particularities as a unique tool with unsettling abilities in generative choice and increasingly multimodal capabilities. However, these features have not emerged randomly or spontaneously; rather, they result from a framework of technological evolution developed through joint interaction. In conclusion, I propose three modes of human–artificial agent artistic interaction toward a flourishing co-creation: the complexity of the concept of tool, the democratization of information, and the ongoing validation of our capacity to be emotional and aesthetic agents.

Keywords: art, cocreation, flourishing, emotion, Artificial Intelligence.

Los retratos modificados por ChatGPT-4o “inspirados” en el estilo estudio Ghibli (casa de animación japonesa que se ha encargado de producir películas como El viaje de Chihiro, Mi vecino Totoro o la actualmente aclamada El niño y la garza) se reprodujeron y compartieron por redes sociales millones de veces. El mismo CEO de OpenAI, Sam Altman, expresó en X “Can yall please chill on generating images this is insane our team needs sleep” (¿pueden relajarse al generar imágenes? Esto es una locura. Nuestro equipo necesita descansar).

Casi de inmediato hubo diversas críticas que bien pueden ser un termómetro de la interacción y posturas que tenemos sobre el uso de la Inteligencia Artificial (IA), desde debates sobre los derechos de autor, la replicabilidad y sus límites, la valoración del talento artístico, hasta, voces pesimistas llamando al pánico, asegurando la muerte de la creación y el inminente reemplazo del artista. Pese a la aparente indignación generalizada las personas no pararon de “ghiblilizar” sus propios retratos.

Tal debate social, claramente improvisado, me da pie para retomar el argumento que planteé en el marco del Primer encuentro de arte y emoción: ciencias cognitivas y educación para el bienestar en agosto del 2024, en la Universidad del Rosario: el arte, por su inherente relación con la tecnología y las emociones humanas, puede ser un campo desde el que podemos entender el potencial y los riesgos de la IA, más allá, puede ser un ejemplo de florecimiento en escenarios de cocreación conjunta.

El arte y su eterno bucle tecnológico

Si reflexionamos un momento es difícil pensar al arte sin una técnica y sustento material asociado a su ejecución; concepciones tan antiguas del arte, como la griega, establecen una relación conceptual de ejecución virtuosa sobre o en “algo” (téchne y areté).

Desde su concepción más general y evolutiva (Gombrich et al., 1972; 1995) el arte comienza en algún punto de lo que denominamos la era paleolítica, en el que las primeras piezas “artísticas” se confundían entre la funcionalidad y el ritual: piedras talladas, monolitos o miles de figuras sobrepuestas en cuevas. En dichos casos el

conocimiento de la técnica y el sustrato material fueron determinantes para la supervivencia de los grupos; el lascado preciso de las piedras para garantizar la caza, la pesca o la defensa y los mensajes ocultos de las cuevas (refugios) transmitían información en manos ocreas plasmadas a la par de dibujos de caballos, rinocerontes, osos, mamuts, ciervos y un largo etcétera (Conde et al., 2001; Arrizabalaga, 2005). Aún es tema de debate el alcance cognitivo que dichas herramientas asociadas al lascado y la pintura rupestre permitieron en los primeros humanos, lo que es un hecho es que modificaron nuestra capacidad para entender el entorno y explotar posibilidades de sustento (Conde et al., 2001; Arrizabalaga, 2005; Coolidge et al., 2016; Wynn, 2017).

En el neolítico la cosa no fue distinta y va de la mano con el desarrollo de la alfarería, la elección de la tierra, la conjunción del gramaje ideal, el proceso de hechura y cocción con precisión de fuego hasta la concepción de la medida ideal para los contenidos futuros. Todo lo anterior nos deja ver, en lo que pareciera una simple manufactura, el ejemplo de un profundo conocimiento del medio traducido en un alto desarrollo tecnológico.

La tendencia se mantiene y se diversifica en lo que sigue de la historia del arte, sea la disciplina artística que sea, la constante es el desarrollo sobre la materia que permite técnicas tan elaboradas e hitos artísticos como el escorzo en la pintura, la talla milimétrica en la escultura o la proporción y los puntos de presión en la arquitectura, solo por mencionar (Gombrich et al., 1972; 1995).

Tal desarrollo no se queda solo en el arte pictórico o escultórico, en la música hubo un descubrimiento de tecnología de notación, desarrollo de instrumentos por períodos y formas de capturar las ondas sonoras que han pasado por cilindros, discos y circuitos (Magnusson, 2021).

Incluso, en artes aparentemente inmutables, como la literatura, el libro significa un adelanto tecnológico de punta logrando establecer una unidad de transmisión informática generación tras generación, que ha impulsado la construcción de espacios físicos como bibliotecas hasta identidades culturales o inspirando modelos de organización digital como es el caso de los programas computarizados que se basan en tipos de acceso bibliográfico (Vallejo, 2019).

La idea central de ejemplificar, ten de paso, lo anterior es argumentar que la tecnología forma parte sustancial del devenir artístico, es más, parece ser una consecuencia directa de los métodos tecnológicos que hemos desarrollado a lo largo de nuestra vida como especie. Lo tecnológico entendido como un conjunto de medios y herramientas que nos permiten adaptarnos, modificar y desvelar un tipo de realidad posible en interacción con nuestro entorno (Heidegger, 2021; Ortega y Gasset, 2024).

Sumado a lo anterior consideremos que la tecnología no está desfasada de una historia genealógica propia, es decir, de una continuidad creativa con miles de ensayos y errores. Hay una distorsión conceptual (quizá adquirida de los vicios de la revolución industrial) de creer que lo tecnológico debe ser algo “novedoso” y “actual” lo que no nos permite apreciar su ontología de bucle continuo y antiquísimo (Edgerton, 2010).

Otra distorsión común cuando se habla de lo tecnológico es creer que su uso nos despoja de lo humano, de nuestra esencia y capacidad de sentir y emocionarnos. Al contrario de lo que parece el arte a través de la técnica aplicada nos abre posibilidades metafóricas altamente cargadas de emoción. Como expresa Chantal Maillard (1992) el arte desvela lo humano a través de la creación (una creación recíproca), logramos, por medio de su vehículo material, llegar a un estado de presencia emocional, revelación, insight, en el que los profundos cuestionamientos de la humanidad quedan claros sin poder enunciarlos. Y este, es el grado más complejo del arte: recordarnos que somos agentes emocionales y estéticos con la capacidad de ser conscientes y reflexionar sobre nuestra capacidad de sentir y razonar.

La tecnología no es, ni ha sido, capaz de quitarnos de un chasquido esta dimensión estético-emocional, aunque, como todo, el abuso o el uso irresponsable sí que puede influenciar en su deterioro.

La tecnología contemporánea relacionada con la llamada Inteligencia Artificial tiene algunas características que se han asociado a diversos tipos de deterioro agencial, y pese a que no son problemas exclusivos de la misma, existen algunas características que difieren de otro tipo de tecnología anterior, especialmente la capacidad en ciernes de los agentes artificiales para tomar decisiones por sí mismos cumpliendo con resolución de problemas cada vez más complejos o interviniendo en la mayoría de

campos humanos complejizando su interacción multimodal, lo que se ha denominado como Inteligencia Artificial General (AGI por sus siglas en inglés).

A propósito de ello, ¿qué es exactamente la Inteligencia Artificial? Aún es complicado llegar a una definición concreta, especialmente por la cantidad de sesgos y atribuciones que hacemos de cada agente artificial (Russell, 2020), pero, podemos ceñirnos a verla como un diseño computacional de capacidades inteligentes basadas en técnicas de procesamiento de información relacionadas con grandes bases de datos (Montemayor, 2023).

Hay un reverso sobre las capacidades “inteligentes” de dichos sistemas artificiales, y es allí donde recae la responsabilidad y mucho del miedo provocado, que, insisto, no es una responsabilidad que haya nacido con la IA: una piedra lascada sirve para matar una presa o a un congénere, la fisión del átomo sirve para darnos energía o terminar con ciudades enteras.

Diversos son los riesgos que se están discutiendo alrededor del mundo en foros políticos y en diversas organizaciones que proyectan directrices éticas sobre la IA; desde la transparencia sobre el uso, manejo y almacenamiento de los datos personales de los usuarios; sobre qué tipo de supervisión necesitan cumplir las empresas que diseñan algoritmos y cómo estos pueden afectar a ciertas minorías; hasta la sostenibilidad de los recursos ambientales que soportan el mantenimiento del hardware de servidores².

Hay que añadir el impacto del llamado capitalismo de vigilancia que se traduce en prácticas deshonestas de las empresas que recopilan, analizan y venden los patrones de datos personales con el fin de tratar de predecir el tipo de elección que los usuarios harán sobre algún tipo de producto, servicio, o hasta candidatos políticos; lo anterior se suma a la economía de la atención que ha vuelto nuestra capacidad de atender contenido un valor agregado para las diversas plataformas digitales (Simon, 1971; CHT, 2023).

² Para una lectura más profunda de las diversas directrices éticas se pueden consultar la *Initial Policy Considerations For Generative Artificial Intelligence* de la OECD, las *Directrices Éticas Para Una IA Fiable* de la Comisión Europea, la *Recommendation On The Ethics Of Artificial Intelligence* de la UNESCO o el *Blueprint For An AI bill of Rights* de la Casa Blanca, solo por mencionar algunas.

Entonces ¿Cómo florecer en este contexto tecnológico?

Como sospechará el lector no hay una respuesta concreta, de hecho, hay más interrogantes asociadas a la cuestión ética y moral de cómo dar un buen uso a nuestra tecnología, sin embargo, trataré de dar cauce a tres modos de interacción artística humano-agente artificial hacia una cocreación floreciente.

Primeramente, ¿qué es florecer? El término florecimiento es un acercamiento a las teorías del bienestar que se enfocan en tratar de delimitar la complejidad del vivir bien; existen una diversidad de definiciones y sinónimos, pero, podemos decir que alguien florece en la medida en que actúa, vive experiencias y procesos de cambio personal que no necesariamente resultan instrumentalmente destacables, pero, que aprecia con una consciencia o agencia epistémica y emocional como algo sumamente valioso (VanderWeele, 2017; Thomson, et al., 2020).

En ese sentido, el arte ofrece un tipo de florecimiento constante; pero vayamos a los modos específicos en los que su interacción con la IA puede ofrecer tipos de cocreación floreciente y responsable.

Primero: entender la complejidad del concepto herramienta.

Una herramienta no es un mero objeto inerte o función desconectada de nuestra dimensión cognitiva, es, en mucho, una extensión de nuestras habilidades corporales y de pensamiento, un tipo de cognición extendida que ha pasado por un proceso de adecuación y ergonomía para llegar al punto en el que su utilidad es ajena al azar (Kirsh, 2013; Fragaszy, 2024).

Hay una responsabilidad ontológica compartida; ni la herramienta funciona en el vacío ni el agente que la utiliza lograría desvelar los mismos resultados si no fuera por ella. Crear arte con modelos artificiales depende de ambas condiciones, podemos llegar a otros niveles de análisis y de técnica asumiendo que estamos extendiendo nuestras capacidades propias: los humanos no podemos sintetizar una cantidad masiva de datos, pero sí sabemos interpretar y poner en contextos valiosos el resultado de ellos.

Como cada a este punto es importante remarcar que la tecnología no es intrínsecamente negativa ni positiva y que depende de la interacción con un agente moral, por ejemplo, el plagio no es una característica intrínseca de las actuales plataformas de contenido generativo, las personas somos las que regulamos el tipo de contenido que obtenemos y decidimos cómo usarlo.

Segundo: la democratización de la información.

Uno de los logros más característicos de las IA es la facilidad con la que se difunden y se reproducen las ideas, lo que ha llevado a democratizar tanto los contenidos como la producción de ellos. No solo estamos cocreando a nivel individual con el agente artificial, estamos generando comunidades enteras que producen aplicaciones con código abierto y que cada vez hacen posible para el usuario común el crear soluciones de programación. El otro lado de la moneda es que no todas las personas del mundo tienen acceso a internet o a dispositivos inteligentes, que existe una fuerte tendencia a las noticias falsas o que hace falta un marco legislativo que considere la autoría de ideas creativas. Queda un largo trecho para asumir la responsabilidad y el derecho a democratizar las herramientas tecnológicas pero la tendencia parece ser prometedora.

Tercero: validar nuestra capacidad para ser agentes emocionales y estéticos.

Se puede cocrear desde la técnica compartida reconociendo que las versiones actuales de las máquinas inteligentes no tienen la capacidad de emocionarse y empatizar con el usuario. Pareciera trivial decirlo, pero, apuntarlo es un paso hacia la validación y la responsabilidad de asumir nuestra capacidad de agencia emocional y epistémica, esto es, insisto: la capacidad que tenemos de reflexionar y actuar sobre nuestras necesidades morales, emocionales y de apreciación estética (Montemayor, 2023)³. No podemos huir

³ Al respecto hay diversas posturas sobre considerar si a los agentes artificiales se les debe atribuir algún tipo de agencia básica por sus habilidades atencionales y de resolución de problemas, el libro *The Prospect*

de esta responsabilidad individual y grupal, por más que insistamos en culpar a la máquina.

Reconocer lo anterior también valida el alcance y características de nuestras herramientas, evitando caer en falsas atribuciones. La IA está diseñada bajo esquemas de resolución de problemas tomando como base algunos modelos que han descrito el comportamiento humano, como el paradigma de ensayo-error, redes neuronales o aprendizaje bayesiano; una parte importante del desarrollo de agentes artificiales hace mucho que renunció a construir modelos que simularan al humano (Russell et al., 2020). Es más claro cuando comparamos las capacidades de procesamiento de la IA contra las humanas y observamos que existe una clara diferencia en la cantidad de datos que procesan, la capacidad de memoria, los tipos de patrones que producen o la velocidad de procesamiento: los humanos no tenemos la necesidad de procesar información de ese modo, como no necesitamos intentar correr a más de 120 kilómetros por hora en rectas cual automóvil convencional.

Sin embargo, sí que podemos utilizar estas y otras características a favor de nuestros procesos creativos y asumir las consecuencias positivas y negativas de ello; como utilizar los patrones y velocidad de procesamiento a nuestra conveniencia buscando información o renunciando a este tipo de análisis cuando disfrutemos más los procesos artesanales que los resultados.

En síntesis, hacernos agentes emocionales activos (aunque parezca un pleonasma) nos brinda la opción de enfrentarnos a los retos de la IA buscando florecer; el arte solo es un campo de reflexión-acción, pero hay muchos otros que se están planteando los mismos retos, como la educación, la medicina o la política. Ignorar el reto de crear bienestar en interacción con la IA sería lo equitativo a querer viajar en un vehículo manteniendo los ojos cerrados y entrando en pánico ante cualquier movimiento mínimo, incluso si este tiene un asistente de navegación que denominemos “inteligente”.

Los puntos anteriores no son una receta hacia el florecimiento, son una excusa para la reflexión profunda y la crítica razonada sin caer en el linchamiento o el miedo

of a humanitarian Artificial Intelligence que cito (Montemayor, 2023) puede ser un primer acercamiento al lector.

irracional a nuestras propias herramientas. Pese a las iniciativas de muchos grupos sobre la nulificación o desconocimiento de la interacción y cocreación agente humano-agente artificial cabe adoptar la máxima atribuida a Galileo “Eppur si muove”. Y el arte con ello.

Referencias.

- Arrizabalaga, Á. R. (2005). *Arqueología cognitiva: origen del simbolismo humano*. Arco Libros.
- Center for Humane Technology. (2023, 9 de marzo). *The A.I. Dilemma* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=xoVJKj8lcNQ>
- Conde, C. J. C., & Ayala, F. J. (2001). *Senderos de la evolución humana*. Anaya-Spain.
- Coolidge, F. L., & Wynn, T. (2016). An introduction to cognitive archaeology. *Current Directions in Psychological Science*, 25(6), 386-392.
- Edgerton, D. (2010). Innovation, technology, or history: What is the historiography of technology about?. *Technology and Culture*, 51(3), 680-697.
- Fragaszy, D. M., Kelty-Stephen, D. G., & Mangalam, M. (2024). How bipedalism shapes humans' actions with hand tools. *Philosophical Transactions B*, 379(1911), 20230152. <https://doi.org/10.1098/rstb.2023.0152>
- Gombrich, E. H. (1995). *The story of art* (16^a ed.). Phaidon Press.
- Gombrich, E. H., Hochberg, J., & Black, M. (1972). *Art, perception, and reality*. Johns Hopkins University Press.
- Heidegger, M. (2021). *La pregunta por la técnica* (J. A. Escudero, Trad.). Herder Editorial.
- Kirsh, D. (2013). Embodied cognition and the magical future of interaction design. *ACM Transactions on Computer-Human Interaction (TOCHI)*, 20(1), 1-30.
- Magnusson, T. (2021). The migration of musical instruments: On the socio-technological conditions of musical evolution. *Journal of New Music Research*, 50(2), 175-183.
- Maillard, C. (1992). *La creación por la metáfora: Introducción a la razón-poética*. Editorial Anthropos.

- Montemayor, C. (2023). *The prospect of a humanitarian artificial intelligence: Agency and value alignment*. Bloomsbury Academic.
- Ortega y Gasset, J. (2004). *Meditación de la técnica y otros ensayos sobre ciencia y filosofía*. Alianza Editorial.
- Russell, S. J., & Norvig, P. (2020). *Artificial intelligence: A modern approach* (4.^a ed.). Pearson.
- Simon, H. A. (1971). Designing organizations for an information-rich world. En M. Greenberger (Ed.), *Computers, communications, and the public interest* (pp. 38–52). Johns Hopkins University Press.
- Thomson, G., Gill, S., & Goodson, I. (2020). *Happiness, flourishing and the good life: a transformative vision for human well-being*. Routledge.
- Vallejo, I. (2019). *El infinito en un junco: La invención de los libros en el mundo antiguo*. Ediciones Siruela.
- VanderWeele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 114(31), 8148-8156.
- Wynn, T. (2017). Evolutionary cognitive archaeology. *Cognitive models in Palaeolithic archaeology*, 1-20.

Epílogo

Entre ciencia y sensibilidad: el legado del Encuentro

El Primer Encuentro de Arte y Emoción nació como un gesto de búsqueda: tender puentes entre disciplinas, metodologías y sensibilidades para preguntarnos cómo el arte puede acompañar la vida emocional y, con ello, contribuir al bienestar individual y colectivo.

A lo largo de las ponencias, los talleres y las conversaciones, fuimos confirmando que el arte no es un lujo ni un complemento decorativo o accesorio de la educación y la ciencia, sino una forma de pensamiento que amplía nuestra comprensión del mundo y de nosotros mismos. El arte no se superpone a la vida: la revela, la traduce y la transforma. Allí donde los lenguajes académicos suelen agotarse, el arte abre otros caminos posibles, permitiendo que la emoción y el conocimiento se encuentren.

En el prólogo, se invitaba al lector a recorrer este libro como una Rayuela de Cortázar: saltando de un punto a otro, encontrando sentido en los desvíos, descubriendo conexiones inesperadas entre capítulos. Esa metáfora resume también el espíritu del Encuentro. El arte, como la Rayuela, propone una lectura del mundo que no es lineal ni definitiva, sino abierta, plural y en movimiento. Nos enseña que el aprendizaje y la emoción no avanzan en línea recta, sino que se tejen entre pausas, retornos y trayectorias múltiples. En ese juego de saltos y resonancias, se amplía la posibilidad de comprender y de crear.

Desde una mirada académica, este diálogo entre arte y emoción se inscribe en un marco donde las ciencias cognitivas, la educación y las humanidades se entrelazan para repensar la manera en que aprendemos, sentimos y habitamos el conocimiento. La cognición corporizada y las pedagogías contemporáneas nos recuerdan que toda experiencia de aprendizaje es también una experiencia emocional, que el cuerpo piensa

y la emoción comunica. En este sentido, el arte no solo acompaña la educación: la encarna, la amplifica y la hace más humana.

De igual modo, el bienestar que estas memorias promueven no puede entenderse como un estado de equilibrio constante, sino como un proceso dinámico de conciencia, empatía y construcción de sentido. En el arte encontramos una vía privilegiada para este propósito: una forma de elaborar la emoción, de volverla pensamiento, de transformarla en vínculo. Así, el arte actúa como una pedagogía del cuidado y del florecimiento, recordándonos que la sensibilidad es también una forma de conocimiento.

Estas memorias son más que un registro de lo ocurrido. Son una constelación de experiencias, ideas y afectos que, como en Rayuela, pueden leerse en cualquier orden, encontrando siempre nuevas resonancias. Cada capítulo, cada voz, cada proyecto da cuenta de una comunidad que entiende el arte como práctica reflexiva, educativa y transformadora.

Con este volumen, se consolida un espacio de diálogo interdisciplinario entre ciencia, arte y educación emocional. Un lugar desde donde seguir investigando, creando y educando para el bienestar, reconociendo que el conocimiento más valioso es aquel que también nos transforma.

Ana Karina Sierra

Acerca de los editores

Caleb Saldaña Medina



Psicólogo y magíster en ciencias cognitivas del Centro de Investigación en Ciencias Cognitivas (CINCCO) de la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM). Actualmente es Profesor de Carrera de la Universidad del Rosario, co-creador de la Maestría en Inteligencia Emocional y Bienestar. Su investigación está centrada en el desarrollo de habilidades para la vida, la cognición emocional y la toma de decisiones.

También dirige Semillero de investigación en Emoción Cognición y Arte.

Ana Karina Sierra

Psicóloga de la Universidad Nacional de Colombia, magíster en desarrollo humano y educación socioafectiva con énfasis en creatividad de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas. Con amplia experiencia en el uso del arte y la creatividad como herramienta de transformación personal y colectiva. Investigadora del grupo habilidades para la vida en la línea de investigación en terapias creativas de la Decanatura del Medio Universitario de la Universidad del Rosario.



Colaboradores

SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN: EMOCIÓN, COGNICIÓN Y ARTE:

Heidy Daniela Rodríguez Mantilla

Psicóloga y Magíster en Inteligencia Emocional y Bienestar de la Universidad del Rosario.

Actualmente es docente de la electiva Género y Emoción: Desafiando Estereotipos y psicóloga organizacional. Su trayectoria incluye participación en el semillero de Psicología Moral y Ciencias de la Decisión y en el de Emoción, Cognición y Arte, con ponencias en el IV Coloquio de Estudios Feministas y de Género y en el I y II Encuentro de Arte y Emoción.

Adicionalmente, es miembro activa de GirlUp Colombia, colectivo feminista que impulsa el liderazgo juvenil. Su enfoque académico y profesional se centra en la investigación, la intervención social y la promoción del bienestar a través de la educación emocional, con un fuerte énfasis en la diversidad, la equidad y la inclusión.



Margarita María Pérez Valencia



Psicóloga de la Universidad del Rosario con énfasis en psicología organizacional. Durante su formación académica participó activamente en proyectos de investigación, entre ellos la validación del Cuestionario de Competencias Emocionales URIB-135. Es miembro activa del Semillero de Arte y Emoción, con el cual presentó una ponencia en el Primer Encuentro de Arte y Emoción: Ciencias Cognitivas para el Bienestar.

Se ha desempeñado en psicología organizacional, con experiencia en procesos de ciclo de vida del empleado y payroll. Su trayectoria combina la práctica aplicada con una fuerte inclinación hacia la investigación y el análisis de datos, buscando tender puentes entre la comprensión científica de los fenómenos humanos y la gestión estratégica del talento.

Maria Paula Murcia Castro

Psicóloga con énfasis en Psicología Organizacional. Su experiencia profesional se ha centrado en la gestión integral del talento humano, acompañado a diferentes áreas del negocio en proyectos de clima laboral, cultura organizacional, desarrollo de talento y bienestar. Su interés profesional se orienta al diseño e implementación de estrategias de bienestar que fortalezcan la satisfacción, el compromiso y la productividad de los colaboradores, contribuyendo así a entornos laborales más saludables y sostenibles.





Andrea Catalina Trompetero González

Profesora de carrera del programa de Fisioterapia y del Centro de Estudios en Medición de la Actividad Física de la Universidad del Rosario. Fisioterapeuta, magíster en Fisiología y doctoranda en Ciencias Cognitivas, con formación en yoga terapéutico, health coaching y experiencia como deportista de alto rendimiento. Su labor docente se centra en

fisiología y prescripción del ejercicio, rehabilitación deportiva y educación médica. Investiga sobre ejercicio físico, salud mental y cognición en la iniciativa *Mente y Cuerpo* y lidera el semillero *Pensando con el cuerpo*, además de dirigir la línea de investigación en kinesiología aplicada al teatro musical en alianza con FaCrea y Misi.

Laura Milena Segovia

Docente e investigadora adscrita a la Maestría en Inteligencia emocional y Bienestar de la Universidad del Rosario y a la Escuela de Psicología, Talento humano y sociedad de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano. Magíster en Psicología con énfasis en investigación en Cognición y desarrollo moral de la Universidad Nacional de Colombia y Psicóloga de la misma universidad. Investigadora asociada a Minciencias, líder del Grupo de Investigación "Psicología, Cultura y Educación". Ha trabajado en proyectos relacionados con cognición



social, desarrollo moral y educación. Actualmente lidera el Programa de Orientación socio-ocupacional POLI-POV. Así mismo, trabaja proyectos relacionados con empatía, arte, convivencia ciudadana y nuevas tecnologías desde un enfoque multidisciplinario.

Isabella Londoño

Actriz, directora y dramaturga, MA en Teatro Aplicado por la Royal Central School of Speech and Drama de Londres y licenciada en Arte Teatral del Instituto Departamental de Bellas Artes de Cali. Docente de la Universidad del Rosario, ha trabajado en enseñanza y trabajo social aplicando el teatro como herramienta de transformación en temas de identidad, exclusión y migración. Su experiencia incluye trabajo con comunidades vulnerables, en situación de refugio y LGBTIQ+, a través de teatro, clown y storytelling. Ha colaborado con organizaciones internacionales y compañías teatrales en proyectos feministas y sociales que buscan generar diálogo, cuestionar prejuicios y promover la diversidad y el cambio social.



Josué H. Bojorges



Josué Bojorges es licenciado en Psicología por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) y maestro en Ciencias Cognitivas por la Universidad Autónoma del Estado de Morelos (UAEM), realizó una estancia académica sobre Poética Cognitiva en la Universidad de Alcalá de Henares (UAH). Actualmente es doctorando en ciencias cognitivas en la UAEM, donde desarrolla una investigación sobre los efectos de la IA en habilidades cognitivas democráticas. Sus intereses de investigación van desde la Psicología del Arte hasta la Metáfora Conceptual. Poeta de tiempo incompleto y escritor por necesidad, le obsesiona caminar por las ciudades observando la gente pasar.



Universidad del
Rosario



• Centro Rosarista de Educación Emocional •

