



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ARTES Y TECNOLOGÍA EDUCATIVA  
SEMINARIO: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN  
MENCIÓN: EDUCACIÓN MUSICAL**



**Distonía Focal del Músico**

**Autor:  
José Eduardo García Pinto**

**Tutor:  
Prof. Olson Javier Aramburu González**

Campus Bárbula, Marzo de 2019



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN  
DEPARTAMENTO DE ARTES Y TECNOLOGÍA EDUCATIVA  
SEMINARIO: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN  
MENCIÓN: EDUCACIÓN MUSICAL**



**Distonía Focal del Músico**

Trabajo Especial de Grado presentado en la Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Carabobo como requisito indispensable para optar al Título de Licenciado en Educación Mención Educación Musical

**Autor:**  
**José Eduardo García Pinto**  
**C.I. N° 7.117.558**

**Tutor:**  
**Prof. Olson Javier Aramburu González**  
**C.I. N° 4.466.877**

Campus Bárbula, Marzo de 2019

## DEDICATORIA

Cuando era niño, en el año de 1972, mi vida se perfiló en la danza, en la música, en la pintura, en los cuentos míticos, leyendas, cuentos folclóricos Venezolanos y Europeos, en otras palabras, ‘La Literatura’ se coló en mí alma, como una forma de entender la vida, ‘un Arte’,... poemas, versificaciones, el canto, colores, sonidos, juegos. Parte de la enseñanza que venían desde mi maestra Belén, en la escuela básica de ‘Pedro castillo’ han resonado siempre en mí... estuve atento y sumergido en mi niñez, en las películas de héroes míticos de los años 50’ que para mí, fueron muy significativos en música, sus vestuarios, palabras y versos, suena extraño, pero fue así, eran mis películas de mi tiempo, Sansón y Dalila (1949), de las cuales fue mi inspiración para componer en muchos años después, una pequeña obra para guitarra clásica, con el mismo título de la película, Simbab y la Princesa (1958), cuentos animados de Walt Disney, Pinocho (1940), y toda esa afición de imágenes, fotos, cuadros pictóricos, títeres, sonidos de orquestas, el ballet, etc. Toda aquella magia que sentí de niño, y que aun está, y vive en mí, fueron mi contorno espiritual.

Toda esta magia y en canto, han sido, por los movimientos de los personajes de cine y de teatro, de televisión, en relación a la música orquestal de Cine, como un ‘leitmotiv’ que me daban curiosidad y gusto, (*su música hasta me los aprendía de memoria*), expresiones teatrales, maneras y sentimientos en cada expresión artística sentida, un sin fin de cosas felices que tengo en mis recuerdos de niñez, muy arraigados en mi alma, y entre todas aquellas artes, ‘La música’, fue la que se quedó como mi forma de vida.

Dedico este trabajo de investigación, a mi Padre, Eduardo Faustino García, que en todos los domingos, apartaba un tiempo de sí, para llevarme a las retretas de la banda estatal, 24 de junio, en la plaza Bolívar de Valencia – Venezuela en 1971, y fue así por mucho tiempo, hoy en día, descansa en los brazos de Dios, a mi madre Elsa

Josefina Pinto de García, por todo lo que pudo hacer por mí, a mis abuelas, Rosalía Carrillo Muñoz de Pinto, y Teodora Carrillo Muñoz, por ser las madres que forjaron mi Ser, mi vida, salud, toda mi crianza y educación que poseo.

A los médicos que me salvaron la vida en mi niñez, por una cardiopatía congénita mortal, por la Fundación del niño, después de Dios en el Hospital Universitario de Caracas en 1980; al Dr. Alexis Bello, al Dr. Claus Meller, a la Dra. Pulido, al Dr. Nieves, al Dr. José Felix Hurtado, mi médico de cabecera desde que yo era un niño, y aquel equipo médico extraordinario que tuve la suerte de disfrutar y que estudiaron su medicina, para salvar mi vida y la vida de muchos niños, y por ellos, gracias a Dios, mi eterna gratitud, pues, he seguido en la vida, y como tal, en mi música,..

A mis antiguos maestros de música en mi infancia, adolescencia y adultez, que me han visto crecer en el mundo clásico musical, que me han influenciado en mi vida musical, como lo fueron; Otto Sandoval, Cristóbal Gornez Ravelo, Marina Pereira, Jhutta Besfal, Nina Nikanorova, Miguel Casas Auge, Miguel Ángel Rodríguez, Humberto Delgado, Ana Mercado, Juan de Dios, Juan Rivero, Isaac Esteves, Margarita Marrero, Ángel Linares, Lola Linares... y en la música moderna, a mis maestros; Juan Cristóbal Moreno, Jorge Bello, Victor D' Lorenzo, Argénis Galeno, Franco Nasi.

‘A mi pandillita 3’, que son mis tres hijas; Brianys Estefanía García Almedo, mecánico dental ‘Flautista Dulce y Cantante’, Andrea Paola García Almedo productora independiente, Cantante y Guitarrista, conocida Youtubers hoy en día, premiada con su placa de platino, Anaís Michelle García Almedo, Cantante, fueron mis discípulas musicales en su niñez y adolescencia, para ellas mis bendiciones eternas, mis verdaderas amigas y mi todo.... A mi esposa, Irene Coromoto Robles de García, por ser enviada de mi Dios a rescatarme de la oscuridad, en la que me

encontraba, es mi ángel protector. Y, por último, dedico también este mi humilde trabajo, a la vida y a la creación universal....

Y como dedicatoria final, a mi amado proyecto musical Rock, 'En Busca de la Ternura del Cielo' (1983), y sus personajes, mis creaciones artísticas literarias; Eardoluz, Triste Oscuro, Lassuly, Petit el Zapatin... un proyecto de mensaje, amor y luz, como una lámpara en este mundo lleno de oscuridad y oprobio,...

...Desde lo más profundo del viejo tiempo, y de los más lejanos del silencio, se oculta la más sublime verdad, que destruye la ociosidad del hombre de hoy.

En Busca de la Ternura del Cielo

...Con mi guitarra siempre expreso lo que siento y quiero amar, todo en mi vida, todo en mi ser, todo en mi mundo es florecer, con mi guitarra quiero expresar mi vida, y la vida, yo quiero amar.

En Busca de la Ternura del Cielo

...La vida es el frenesí de una esperanza, para luego transformarse en alarde de una fe, es el poder del universo, para luego convertirse en una bella realidad.

Eardoluz

## **AGRADECIMIENTO**

Como agradecimiento, debo decir la oportunidad que se me dio, ¿fue un milagro, o fue un destino?... pues debo agradecer que ha sido una meta más, y la más importante de la que he logrado en mi vida; o sea, debo decir que, cumplí metas de aprendizaje en etapas de un tiempo con sus dificultades ‘suaves’ por escribirlo así y de entenderlo así, he cumplido metas, cuando estas valían en la burocracia suave, siguen valiendo aquellas, si, mis metas viejas, y de las cuales, me han servido para mantenerme de pie al saber y supervivencia de vida, y para siempre.

Pero en etapas comerciales sociales nuevas, un nuevo reto se me ha presentado, el de pasar por la Educación superior,. Así que desde este presente, mis agradecimientos a la ilustre y magna Universidad de Carabobo, instituto centenario de nuestra antigua ciudad de Valencia – Venezuela Edo Carabobo, y a todos sus profesores de FaCE, ‘Facultad de Ciencias de la Educación’ gracias con todo mi corazón y espíritu por su paciencia y tolerancia hacia mi persona, de las cuales era bien conocido por la ciudadanía urbana de mi época de juventud temprana, ‘como el hombre de las mil caras’, acto no muy común ni aceptado para los académicos de toda laya,...

Mi agradecimiento al profesor Pablo Aure, secretario de nuestra institución Magna, UC, por haberme dado ánimos en aquel año de 2008’ en secretaria del rectorado, pues, estaba abrazando la curiosidad de apreciar la educación Universitaria, en tiempos de soledad, pérdidas y sacrificios personales. Muy agradecido por esta gran oportunidad que se me dio, donde por fin, cumplí mi llegada a la nueva meta... mi agradecimiento a mis compañeros que alguna vez fueron estudiantes de música junto conmigo, y por motivos de ‘La forza del destino’ por mi curiosidad y porfía, me fui de viaje por otros mundos musicales experimentales, así como el Rey Ulises, que salió de su terruño ‘Itaka’ para retar a los dioses y demostrar

así, que la mortalidad en la virtud, es también sinónimo de poder y eternidad,... que a mi regreso, ahora mis compañeros fueron también mis profesores de estos nuevos tiempos educativos, del que hacer musical, desde ésta etapa de la Educación Superior... con todo mi corazón, a todos, mil gracias!!!...



**UNIVERSIDAD DE CARABOBO**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**DEPARTAMENTO DE ARTES Y TECNOLOGÍA EDUCATIVA**  
**SEMINARIO: PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**  
**MENCIÓN: EDUCACIÓN MUSICAL**



## **DISTONIA FOCAL DEL MÚSICO**

**Autor:** José Eduardo García Pinto

**Tutor:** Prof. Olson Aramburu

**Fecha:** marzo de 2019

### **RESUMEN**

El objetivo fue explicar “La Disonía Focal del Músico” como un problema de movimientos digitales, provocados por mala praxis de la técnica en un instrumento musical”. Los resultados obtenidos a causa de esta investigación, es que debido a los agarrotamientos en el movimiento de las manos en este caso, estos movimientos se pueden recuperar con ejercicios especiales de control y enfoque, donde la función, sería mantener posiciones regulares digitales en sus ángulos normales, cuando ‘se agarra’ el instrumento musical o el objeto, con movimientos naturales y sin estrés, lograr tonos de músculos relajados en los fraseos y posiciones a recuperar, al manejarse un instrumento musical.

**Palabras Clave:** Disonía focal, Praxis técnica.

**Línea de Investigación:** Cultura, Arte y Sociedad; **Temática:** Cuidado y prevención en la actividad musical; **Subtemática:** Accidentes laborales en la Música.

## ÍNDICE GENERAL

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	3
<b>CAPÍTULO I</b> .....	7
<b>EL PROBLEMA</b> .....	7
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA</b> .....	7
<b>CAPITULO II</b> .....	15
<b>DIMENSIÓN TEORICA REFERENCIAL</b> .....	15
Antecedentes de la Investigación .....	15
Bases Teóricas.....	18
Bases Psicológicas .....	30
Bases Educativas.....	32
Marco Conceptual de la Investigación.....	33
<b>CAPÍTULO III</b> .....	35
<b>DIMENSIÓN METODOLÓGICA</b> .....	35
Paradigma o Naturaleza de la Investigación .....	35
Método de Investigación .....	36
Diseño de la Investigación .....	37
Técnicas e Instrumentos para La Recolección De Datos .....	40
Interpretación de la Información Suministrada por los Informantes Claves de la Investigación .....	42
Reflexión de la Triangulación.....	45
<b>CAPÍTULO IV</b> .....	47

<b>DESCRIPCIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS</b> .....	47
El Enfoque Mental .....	63
Experiencia Personal: ..... (Resumen) .....	65
<b>CAPITULO V</b> .....	68
<b>REFLEXIONES DE LOS RESULTADOS</b> .....	68
<b>REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	73

## ÍNDICE DE GRAFICOS

Ilustración 1. Corte del cerebro .....	26
Ilustración 2. ‘Férula de posición’ para contrarrestar la contracción involuntaria del dedo anular mano derecha, en el Clarinete .....	52
Ilustración 3. ‘Almohadilla anti presión’ para contrarrestar la contracción involuntaria del dedo meñique bajo engaño sensorio, mano izquierda, en el Clarinete .....	52

## ÍNDICE DE TABLAS

Cuadro 1. Triangulación de la información .....	40
Cuadro 2. Entrevista Informante 1. Rosemary Domínguez Solís .....	45
Cuadro 3. Entrevista Informante 2. Miguel Ángel Rodríguez Rojas .....	48
Cuadro 4. Entrevista Informante 3. Leonardo Lozano.....	51

## INTRODUCCIÓN

La disfonía: es un tema que de alguna manera se halla presente desde tiempos muy remotos en la vida del ser humano, como una enfermedad, síndrome, condición, hoy en día comprendida, bajo un problema patológico desde el cerebro, en sus partes neuronales, relacionada a la psi humana, basado en contracciones involuntarias de músculos y tendones del cuerpo, en el movimiento fino, y movimiento extenso, por tanto, en los músicos se sufre de esta patología, la cual se le define ‘focal’ porque se da en los movimientos finos del cuerpo en relación a un instrumento musical, y se da en otras actividades del quehacer humano, de hecho, en muchos países, se han llevado a cabo, estudios más detallados de estos problemas que podrían ocasionar lesiones físicas, en las actividades del movimiento y en este particular, en música.

Este problema puede desarrollarse por la mala praxis en un instrumento musical, por nerviosidad, por deficiencias físicas motoras en el cuerpo en su movimiento, donde el individuo a veces, no se da cuenta que lo está padeciendo. Debido a este problema sucinto, se redescubre una afectación física desde un ángulo musical amplio, este problema nace por un enfoque técnico digital instrumental mal hecho, o mal dirigido, ligado al nerviosismo, al estrés, y otros inconvenientes, se le denominó, *trastorno cerebral del movimiento, o neurológico motor*.

Por consiguiente, el docente en música en el campo educativo, se puede enfrentar a estas situaciones que pueden generar desequilibrios al tocar un instrumento musical en sus estudiantes, sin que ellos se den cuenta de algún problema, y el Docente en música, es el profesional más indicado que lleva las riendas de una sociedad musical donde además de su enseñanza, debe estar informado de este problema condicional en donde su existencia prepondera; en tensiones nerviosas, emociones fuertes, esfuerzos físicos sin descansos, estrés continuo. Es por ello, se necesita que el docente en música, tenga un conocimiento integral general de

todos los problemas que se podrían generar en la práctica musical, y pueda ejercer todas sus funciones pedagógicas, y de allí desencadenar su labor con esmero y dedicación para un fin sin problemas y saludable. Es preciso entonces que el docente en música, tenga un normal desenvolvimiento en sus movimientos digitales con su instrumento musical. En otras palabras, debe tener un buen conocimiento de biomecánica corporal, que lo lleven a tener un bienestar ergonómico, que le permita desarrollarse con potencialidad dentro de sus labores diarias, y así poder llevar a cabo con éxitos, sus enseñanzas.

Por las consideraciones anteriores, esta investigación se centra en explicar la distonía focal del músico como un problema de movimientos digitales. Esto se encuentra estructurado en tres capítulos como se muestra a continuación: **El capítulo I**, conformado por la contextualización de la temática en el cual describe de manera detallada la situación problemática, que se dio en la historia, que sirvió como punto de partida para dicha investigación, con los objetivos y justificación de la investigación. **El capítulo II**, se establecen los antecedentes de la investigación que sirvieron de alguna manera como apoyo y sustento a la investigación.

**El capítulo III**, conformado por la metodología que se utilizó para la realización de dicha investigación, la cual comprende: diseño, tipo y nivel de la investigación, la validez y técnica para la recolección de datos que se deben llevar, al realizar una investigación que comprende al ámbito documental.

**El Capítulo IV**, se suma un ciclo de entrevistas que se usó, como parte metodológica a la investigación presente en estos escritos, a unos profesionales del magisterio artísticos y un profesional de la medicina psiquiátrica, estos como invitados consortes, para establecer un marco comparativo y referencial al problema de la distonía focal del músico en la presente investigación,. Resumen, un breve diagnóstico de los resultados en relación a la educación musical, y algunas técnicas para el mejoramiento, según experiencia personal,.

**El Capítulo V**, se refiere a la conclusión final y una reflexión al respecto...

## **CAPÍTULO I**

### **DESCRIPCIÓN DE LA PROBLEMÁTICA**

#### **Contexto Situacional**

La educación es un proceso del conocimiento humano en sus descubrimientos y ciencias, que viene desde el mundo antiguo de la humanidad para entenderse a sí mismos en su entorno social y su hábitat.

El ser humano se diferencia de los animales por una serie de características esenciales, entre las que destaca, su particular forma de aprender. El ser humano depende de sus padres durante mucho más tiempo que en el resto de los animales, y su educación resulta prolongada, en ocupar gran parte de su tiempo en aprender a desarrollar sus múltiples facultades naturales. Sin embargo, esto se debe a que el ser humano, posee una capacidad ilimitada de aprendizaje, y en el proceso por medio del cual se adquieren conocimientos durante toda su vida. (Beltrán, Jesús: 1992; Woolfolk, Anita: 1990) (p/s)

En efecto, en el contexto educativo, tanto en lo filológico, filosófico, sociológico, axiológico y teológico, siempre hubo una inquietud por el ‘saber’ de los fenómenos de la naturaleza en la vida de todos los animales en la tierra, tanto por el hecho del aumento de la curiosidad hacia los fenómenos de la naturaleza por el ser humano, y el por qué estos fenómenos podrían traer bienestar o malestares al mismo, donde estos los han experimentado a través de la incertidumbre y del terror en tiempos prehistóricos, se ha dado pues, y se formó así, el proceso del aprendizaje y por ende, la educación.

También, ésta data de tiempos antiguos sobre la educación en todas sus áreas, se extiende al mundo actual como una condición y función para la mejora de vida

actual, y así, como la autorrealización y valores centrales de cada época, que conlleva al ejercicio de la educación, abarcando múltiples áreas culturales para lograr buenos temperamentos y efectos deseados en los estudiantes, guiándolos en ser buenos profesionales en sus respectivas áreas.

La educación en el campo de la música es amplia, porque conlleva información de la actividad del arte y música en la historia humana, sus actividades interpretativas como prospecto cultural desde sus inicios y sus épocas marcadas, de cómo se establecieron las culturas en relación a la humanidad y sus técnicas que fueron desarrollados con el paso del tiempo para elaborar lo que serían los instrumentos musicales y sus formas físicas según culturas y ejecución. Este proceso pedagógico - histórico, es el mismo que ha evolucionado a lo que es hoy en día, la 'Educación Musical'.

En la educación musical moderna, y sobre todo en los países del tercer mundo, se tiene un problema habitual que acorde a otros modelos de enseñanzas obligatorios, como la escuela básica y la media, respecto a las materias que se ven ahí, matemática, física, biología, lengua, etc., más otros programas escolares, colocadas desde el campo psicológico, como entretenimientos, divertimentos, participaciones musicales, y que para el desarrollo del bien común y juvenil, se tiende a confundir, lo que es talento y curiosidad, porque no todos los estudiantes o ciudadanos tienen talento para el Arte Musical a grosso modo.

Tienden los padres y representantes a colocar a sus hijos a practicar un instrumento musical a muy temprana edad, de 5 años o 6 años; según Lavignac (1902):

Aunque sé que estoy en contra de la opinión de la mayoría de los profesores especiales, nunca aconsejaré que un niño, a quién no se desee exhibir como fenómeno en las ferias y circos, se le haga comenzar el estudio de un instrumento antes de la edad de 6 años,

como *mínimum*. Me parecería una práctica brutal, y no quiero ser cómplice. El solfeo, si se quiere; un instrumento, no,... esto no impide que se lo deje divertirse aporreando el piano, si tal es el placer de los niños, (habrá que prohibirles más tarde), pero imponerles el estudio, me parece monstruoso y absolutamente inútil. (p.45)

Esta situación, promovidos por malos programas gubernamentales o estatales donde hay profesores de música mediocres que carecen de estudios musicales, y comienzan a enseñar de forma incorrecta, trayendo problemas físicos posteriores por malos esfuerzos, a los estudiantes sobre sus instrumentos musicales, y otras, porque al niño se le ocurrió querer practicar tal cosa en un instrumento de cuerdas o vientos, sin saber si es talento o curiosidad, y a su vez una manifestación de egos inocentes por parte de familiares del estudiante que lo alientan en una edad que solo debe ser de niño, trayendo como consecuencias, quizás, pérdida de tiempo y gastos económicos, y la otra parte, que es la peor, el exceso de estrés en la infancia y desequilibrios físicos posteriores que se manifiestan de forma motora en el movimiento físico.

Y cuando se dice de; ‘posterior de forma motora’, es la manifestación de años más adelante cuando el estudiante pasa de ser de un niño, a adulto. Si éste por motivos de gustos o talentos, prosiguió con sus estudios musicales, que posiblemente *sea cuestión de suerte o no*, pueda tener como consecuencias, un defecto emocional o quizás físico motor del movimiento, en alguna parte de su cuerpo, por una mala praxis de ejercicios, o mal ejecute del tiempo en su práctica instrumental musical, por la ignorancia o mediocridad imperante en los reglones educativos, promulgados por profesores no cualificados o por algún ente político fuera del conocimiento musical.

Esto quiere decir aquí, es que dentro de la praxis musical el estudio académico de un instrumento de cuerdas o de vientos, así como cualquier otro, debe estar sujeto a las normas técnicas que permitan el movimiento fisiológico corporal en el mismo, a desenvolverse con destreza y en una edad a la altura de la responsabilidad de tal

empresa sobre todo, con el fin de lograr un músico de calidad ya sea aficionado o virtuoso, y que a su vez este músico sea una persona saludable y feliz donde se pueda expresar artísticamente, y lograr comunicarse emocionalmente con el público asiduo al entretenimiento cultural como un lenguaje universal y social,...

Un niño de 4, 5 o 6 años de edad, imponerle ya sea por curiosidad del mismo, o por emoción de su representado un estudio instrumental de piano, guitarra, trompeta, oboe, etc., no midiendo su tamaño físico humano del momento y la estructura física de los instrumentos señalados a su realidad física, puede traerle consecuencias lamentables. Al respecto, Lavignac (1902) comenta:

Implica siempre esto, por leve que sea, una cierta suma de fatiga física, de fuerza gastada de una manera anormal, en detrimento del crecimiento, y también una contención de espíritu que se les debe economizar, pues no es absolutamente necesaria y podría ser perjudicial. Antes que artistas, hay que formar hombres y mujeres, es decir, por el momento, niños y niñas bien constituidas, fuertes y capaces, de soportar más tarde el notable aumento de esfuerzos físicos y cerebrales que aportará inevitablemente a su educación general, sin que esta deba resentirse ni disminuirse en lo más mínimo - insisto en ello - el agregado de una educación artística, musical u otra, con los diversos estudios que comprende.

Cuando un estudiante se dispone a elegir un instrumento musical, o cuando se le guía a esa elección, es necesario tener en cuenta no solo su elección y sus gustos o sus simpatías, sino también sus aptitudes físicas sobre todo, y además otras consideraciones, tales como: el tiempo de que puede disponer materialmente cada día para sus estudios musicales; con el fin exacto que se propone, que puede consistir en llegar simplemente lo que se denomina un buen aficionado, o bien tener una virtuosidad de artista; el medio social en que vive, que puede favorecer naturalmente sus estudios o por el contrario obstaculizarlo, etc, todo esto es muy delicado, y muy importante, y no debe ser librado al azar de un impulso irreflexivo, sin exponerse a equivocaciones que habrá que lamentar más tarde, cuando ya no sea tiempo de remediarlo.” (p. 45-46)

Basando en estas pautas pedagógicas, que en música nunca serán obsoletas, la técnica instrumental musical siempre ha sido la misma y será siempre la misma, pudiéndose simplificar el hecho de evitar accidentes laborales en el campo artístico, y así evitar a grosso modo, lo que se expone en esta investigación, como un problema silencioso e inconsciente, la aparición de la “*Distonía Focal del Músico*”.

Se observa que los docentes en música y profesionales ejecutantes, no conocen sobre la ‘Distonía Focal’, que es un problema de tono muscular y de tendencia grave, porque produce una lesión con el tiempo en la parte del cuerpo afectada y el fin de la Distonía es imposibilitar la ejecución instrumental; entonces, como no se conoce el problema, el músico estudiante o profesional, podría padecerlo por malas praxis o excesiva ponencia con el instrumento musical y, como consecuencia, puede entrar en fuertes depresiones que lo podría llevar a situaciones de suicidio; esto, si su trabajo musical es su dependencia económica y familiar.

Es un problema psicológico e idiopático, significado que mantienen algunos neurólogos y psicólogos, como hay otros que dicen en su mayoría, se trata de una enfermedad neuronal del movimiento e incurable. Los nuevos neurólogos experimentales, como Farías (1996), el precursor de un método nuevo de curación, basado en una normativa, que reza “Que el movimiento es la cura para el mismo movimiento” (s/p.); este define el problema, no como una enfermedad, sino como una ‘Condición’ que al ser tratada con las técnicas correspondientes del proceso nuevo de curación, los problemas distónico desaparecen.

Se ha de señalar que los docentes en música, que se dedican a trabajar como profesionales de la educación y posiblemente estén comprometidos con su labor, requieren de un buen estado de salud física y mental, esto como una condición ‘sine qua non’ para su desempeño, de manera que, la educación musical que enmarca los procesos de enseñanza y aprendizaje sobre la música, se necesita tener un nivel de

satisfacción, que a su vez son indicadores universales y estables de vida, que hacen que la persona se sienta a gusto, y cuando se está a gusto consigo mismo y con los demás, se está feliz, y en parte esto representa un equilibrio real que todo el ser humano busca.

Dicho esto y reflexionando lo anteriormente leído, lo que se debe o no hacer en el campo de la enseñanza, en este caso de la música, por su contenido técnico y diverso que se da en el movimiento físico, se han manifestado problemas de índole discapacitativos repentinos en estudiantes y profesionales, en prácticas de instrumentos musicales, y muchas veces no se entiende lo que pasó. Cuando esto se da, puede haber una serie de conclusiones médicas y diagnósticos, - *a defecto de la ignorancia sobre la distonía focal del músico en ciertos países* – que podrían ser erradas, y de esa manera, muchos músicos pierden el horizontes de sus sueños si van en camino, y metas muchas veces logradas, que se deben abandonar.

Desde este trabajo se expone este manifiesto, como una medida señalativa y preventiva, hacia una condición psiconeurológica existente, que muchas veces suele ser aprendida encubierta, desde malas enseñanzas conductuales y empíricas. Cabe destacar que a juicio de lo observado con el tiempo, y la parte experimental de manera personal al problema, y sujeto a un reaprendizaje actual y guiado bajo conciencia científica en el asunto, por experimentos psicofísicos aplicados, se dirige esta investigación.

## **Intencionalidad de la Investigación**

### **Supuesto de la Investigación**

Explicar la Distonía Focal del Músico como un problema de movimientos digitales, por malas praxis de técnicas musicales.

## **Propósitos de la Investigación**

- Diagnosticar la distonía focal en la educación musical que pudiera estar presente en el aprendizaje musical del ejecutante.
- Describir los principales problemas de la distonía focal del músico presente en la actividad productiva musical
- Recopilar ‘técnicas’ para el mejoramiento de la distonía focal en el ejecutante, para la educación musical.
- Reflexionar sobre los aportes obtenidos en la investigación

## **Justificación de la Investigación**

Por medio de esta investigación, en el campo de la educación musical, se han hecho aportes técnicos musicales, evoluciones a lo largo y ancho de los siglos y siglos, sobre formas técnicas hacia instrumentos musicales para su dominio y disfrute, sujetos a culturas determinadas, muchas técnicas diversas. Se han explicado por cientos de años, las mejoras técnicas de tal instrumento, cual es el deber ser y lo que no se debe en el aprendizaje de un instrumento musical y su ejecución, de todo eso sugerido y ampliado, nunca se abordó los traumas físicos que se podrían ocasionar con un instrumento musical, y han existido muchos problemas aislados de lesiones en años anteriores, pero nunca han sido cuestionados ni investigados científicamente, sino más bien se ha dicho, que tal problema es por falta de entrenamiento o como si fuera poco, por falta de un buen maestro.

Casos como el célebre compositor y pianista Robert Schumann’ que intentó suicidarse en 1854 en el Rio Rin en la ciudad de Dresde en Alemania de forma repentina. Según la enciclopedia *The Classical Collecction (2001)*:

Debido a una fuerte depresión que venía sufriendo con anterioridad, ya que al parecer sus problemas nerviosos, vienen de sus familiares que padecían problemas mentales en dos generaciones”... pero se dice que la depresión aumentó, “a causas de la perdida de agilidad de una de sus manos donde no pudo tocar más el piano, fue la mano derecha en su dedo meñique’, lo cual intentó reforzar con un aparato de su inventiva año de 1832, y que según, terminó dañando su mano derecha en sus movimientos. (p. 169-170)

No se sabe con certeza si fue que se provocó un problema en su mano o hizo el intento de recuperarse, pero hoy en día se vislumbra que el problema que padecía, apuntan a la Distonía Focal, pues no se sabía de ese problema neurológico, ya que era un pianista virtuoso, y sería ilógico pensar que buscaba más agilidad.

Entonces surge la necesidad en esta investigación de explicar la distonía focal del músico, ya que afecta a un gran número de intérpretes musicales hoy en día en tiempos modernos. Desde el punto de vista teórico, la investigación se encargará de aclarar términos y definiciones acerca de la distonía, permitiendo un mejor manejo en cuanto a la salud, ya que tienen que ver con la salud física y psicológica del individuo

De igual manera, este trabajo constituirá un estímulo a los docentes y músicos, como también a los futuros profesionales de la Mención Educación Musical, ya que no existen trabajos avalados sobre los hábitos físicos, posturales y psicológicos que aborden estos problemas a profundidad a las distonías diversas que suelen provocarse por malos hábitos emocionales o mala praxis, con el fin de que se tenga una mejor comprensión de los movimientos finos del cuerpo y la evitación del estrés. Así mismo, se pretende que se conformen bases o inicios a otras investigaciones relacionadas con la temática de “Distonía Focal del Músico” y vislumbrar la realidad actual del profesional docente en música. En este sentido, la utilidad de este estudio consiste como justificación, aportar soluciones a la educación musical desde el ámbito de la enseñanza.

## **CAPITULO II**

### **DIMENSIÓN TEORICA REFERENCIAL**

El marco teórico de la investigación o marco referencial puede llegar a ser definido como una recopilación de ideas, posturas de diversos autores, conceptos y definiciones, que sustentan la base de la investigación según *Arias, F. (2010)*. En este sentido, se pretende en este capítulo, dar a la investigación una serie de explicaciones sobre un sistema coordinado y coherente de conceptos que permitan abordar el problema a investigar y solucionar. De tal manera que el marco teórico orienta el proceso investigativo lo cual permite la adecuada conceptualización de los términos de la investigación

#### **Antecedentes de la Investigación**

En este orden de ideas, los antecedentes son los estudios previos a la investigación, es decir, los trabajos realizados anteriormente y que guardan alguna vinculación con el problema que se presenta en este estudio. Por lo que en esta parte de la investigación de la distonía focal del músico, se refiere a las experiencias, vivencias e investigaciones concernientes al problema como se ha dicho antes en este escrito en sus páginas anteriores. De allí pues, que estos brinden un acercamiento a una nueva metodología, conclusiones y concepciones que se han tomado en consideración por quienes podría quedar interesados, para dar respuesta al problema neuronal, con nuevos ejercicios técnicos y demás estímulos emocionales y de auto observación, que seguir un prospecto de virtuosismo.

Por otro lado, *Koen (2012)* Fisioterapeuta por la Fundación Universitaria del Bages (*Universidad Autónoma de Barcelona*) en su trabajo “*la distonía focal en el músico,*

*aproximación a la clínica de la patología”, la cual tuvo como objetivo: el análisis de las características clínicas de la distonía focal en el músico, teniendo en cuenta la dimensión física, social y psicológica del músico como ‘condicionantes’ ante la aparición de esta alteración. El estudio se ha realizado principalmente a partir de una profunda búsqueda bibliográfica, contrastando tanto libros como revistas. Se han usado diferentes bases de datos (Science-Direct, Medline, Pedro, Pubmed...) en base a la autorización de acceso otorgada por diferentes bibliotecas de centros universitarios (BCUM, UVigo, UAB...).*

Sus resultados apuntan que la etiología de la distonía focal no ha sido comprendida por completo, esta puede afectar diferentes partes del cuerpo, incluyendo extremidades superiores e inferiores, tronco, cuello, párpados, cara o cuerdas vocales, y un trabajo reiterado puede desarrollar o degenerar en una *‘plasticidad cerebral disfuncional’*, involucrada de manera importante en el desarrollo de la distonía focal. La reiteración de movimientos físicos desencadena, una reorganización de las áreas cerebrales relacionadas con este comportamiento, en su corte motora, ubicado posterior a la parte frontal del cerebro, tanto en humanos como en animales mamíferos.

La actual teoría etiológica justifica en relación a esta investigación, como objetivo final, que la excesiva excitación motora cortical en el cerebro, combinada con un deficiente procesamiento sensorial y mediación de los ganglios basales. “*El término **ganglios basales** o **núcleos basales**, se aplican al conjunto de masas de sustancia gris situado dentro de cada hemisferio cerebral, y estas son un cuerpo estriado, amígdala cerebral o núcleo amigdalino y el claustro. Estos desempeñan un papel importante en el control de la postura y el movimiento voluntario.*” Entonces, tienen que ver con los Movimientos físicos voluntarios, los cuales son los desencadenantes de la alteración de los mismos que da nombre a la distonía focal. En conclusión, si uno de los posibles orígenes de la distonía focal es el aprendizaje anómalo y la degradación de la

representación cortical del segmento en particular, el tratamiento debería incluir estrategias de re - entrenamiento para la reorganización correcta del cerebro y eso se basará en re ejecutar ejercicios técnicos musicales en el instrumento respectivo, concientizando visualmente, entendidamente cada movimiento físico, según posición correcta ergonómica correspondiente.

Ahora, ésta denominación de la psicología sobre la distonía, está apoyada por el libro llamado, “La Rebelión del Cuerpo” escrito por *Farías Joaquín (1996)*, su autor, que describe lo que la psicología predice. Este autor, de origen Español, es Dr. en Neurología, llevó diversos estudios al respecto y es autor de dos libros referentes sobre la Distonía Focal del Músico, el Primero se tituló, “La Rebelión del Cuerpo” (2010), y el segundo se tituló, “Entrenamiento y Neuroplasticidad” (2012)... Pero casualmente aquí en Venezuela en la Universidad Central, UCV, ya había algo escrito de eso sobre, “rebelión”, ¿de qué?, aspectos adversos de la mente en relación al cuerpo humano y su salud, y este libro es estudiado por la ciencia de la psicología en dicha universidad, libro de estudio titulado, “La Venganza del Inconsciente” por *Nelson Torres Jiménez (1997)*...

### **Bases Teóricas**

Según Arias (2010), las bases teóricas implican un “desarrollo amplio de los conceptos y proposiciones que constituyen un punto de vista o enfoque adaptado, para sustentar o explicar el problema planteado” (p.107); es decir, las bases teóricas son aquellos elementos que van a sustentar el tema de estudio, pues, sobre estas se construye la investigación por lo que es una parte fundamental del mismo En esta perspectiva, el presente estudio se apoya en la teoría que a continuación se exponen:

En un músico con este problema de distonía focal, en la parte afectada, según la medicina neurológica en combinación con la psicológica, que lo ha tratado en

ciertos países como en España e Inglaterra, se le puede aplicar un medicamento inyectable llamado Toxina Botulínica o Bótox directamente en la zona de falla, lo cual relaja la tensión motora muscular del lugar. Pero, se ha comprobado que no es efectivo para la toda la vida, debido a que hay que inyectarse cada 3 o 4 meses; es decir, no hay cura, pero después pasado ese tiempo de cada 3 o 4 meses, el problema neuronal muscular, continua y puede ser hasta peor.

### **La Distonía Focal**

Cabe destacar aquí, que existe un experto en la materia, que podría definirse como el ‘Precursor’ de la cura, en la distonía focal del músico, de origen español, llamado ‘Joaquín Fabra’ músico trombonista que se auto-curó de la distonía focal, cuando éste comenzó a sufrirlo a sus *20 años de edad, en el año de 1982*. Teniendo éxitos en su propia auto-curación, y convirtiéndose en un destacado Terapeuta Protocolarizado, reconocido internacionalmente.

Esto es un problema psicológico e idiopático, significativo que mantienen algunos neurólogos y psicólogos en estado de alerta, como hay otros neurólogos que dicen en su mayoría, *se trata de una enfermedad neuronal del movimiento, y es incurable*. Los nuevos neurólogos experimentales que surgieron luego, como el *Dr. Joaquin Farias (1996)*, es el idealizador de un método nuevo de curación, basado en *una normativa que reza, “El movimiento es la cura para el mismo movimiento”*, define el problema, no como una enfermedad, sino como una ‘Condición’ que al ser tratada con las técnicas correspondientes del proceso nuevo de curación, los problemas distónico desaparecen.

Es por ello importante tener en cuenta esta información, en el ámbito de la educación musical hoy en día, porque esta condición de la distonía focal, se hace peligrosa en los países subdesarrollados del 3er mundo, porque no se tiene capacidad

o interés o tal vez se ignore su importancia y existencia, por lo menos de forma general, en la educación latinoamericana.

### **Diagnóstico:**

La distonía focal puede estar presente de la siguiente manera:

1. Si el estudiante lleva más de un año ejecutando un fraseo importante propio de su instrumento y éste nunca lo ejecuta bien, más siempre tiene que recurrir a ejercicios previos para ejecutarlo, podría ser una señal segura.
2. Si el músico profesional que ya lleva años de ejercicios y suele padecer de dolores en las extremidades que usa para ejecutar según su instrumento, y tiende a rendir poco en calidad, cuando antes lo hacía con facilidad, es otro indicativo seguro.
3. Si el músico profesional o estudiante, tiende a estresarse después de haberlo hecho bien sus interpretaciones en anteriores presentaciones y tiende a tomar algún tipo de calmante, sea alcohol o aditivo, es otro indicativo fehaciente.

### **Descripción:**

1. El músico o estudiante que lo va padeciendo, se queja de su instrumento musical, 'de muy forzado', aun siendo su instrumento de alta o regular calidad, tiende a sudar en exceso las manos o frontal del rostro en su ejecución musical, existencia de fatiga en poco tiempo.
2. Tiende a esforzarse mucho en sus prácticas comunes musicales. Terminando por no poder ejecutar frases musicales, lo que antes podía ejecutar de manera inmediata y normal, (*en este proceso ya se hace consciente visualmente del problema*).

### **Técnicas:**

1. Antes de practicar el instrumento musical, se debe relajar con un ejercicio previo de estiramiento todo el cuerpo, sobre todo, las extremidades que abarcan el instrumento musical; sea brazos, manos, pies piernas, labios, etc.
2. Se debe estar en un estado 'auto consciente' de todo los movimientos, fuerzas y presiones que las partes del cuerpo involucrados al instrumento musical deben ejercer.
3. Ser consciente en forma de 'enfoque' es decir, conscientemente de los movimientos físicos, de forma relajada y placentera aun si el fraseo o posición de acordes, melodías o ritmos, sea de difícil ejecución.

### **Reflexión:**

Sobre los aportes obtenidos en la reflexión sobre la distonía focal del músico, en su vivencia, cura y evitación, ha sido amplia, sobre todo en la vivencia propia del problema, y la observación detallada del mismo. En otras palabras, cuando se ejecuta un instrumento musical, se añade al movimiento corporal, nuevos movimientos que no están en el contexto evolutivo del cuerpo humano de forma antropomorfa, ya que los movimientos que se precian en el cuerpo físico sobre un instrumento musical, son movimientos finos, exactos de alta precisión, en unos ángulos muy pequeños de movimiento y cálculos, según el instrumentos musical si son de cuerdas, o formas de respirar que involucran la musculatura facial, o enteramente movimientos corporales distintos a la vez, si se trata de instrumentos de percusión mayor, lo cual trae como situación todos estos actos del movimiento corporal que no están dentro de la morfología física original, trayendo mucha tensión, estrés, tiempo de repetición, memoria, esfuerzo, dinamismo, como un nuevo acto de supervivencia evolutiva, si se puede decir así, en el mundo humano y sus creaciones, en este caso artísticos.

Se hace conciencia al respecto de que todo oficio físico, sea de cualquier esfuerzo, ligado a la tensión nerviosa excesiva, en este caso la música, debe pues, en crearse métodos diferentes, mesclando los nuevos descubrimientos de ergonomía física corporal, propio del estudio de la biomecánica, a los métodos musicales que ya han sido creados con anterioridad y sus exigencias técnicas para las artes musicales y todo aquello que involucre al cuerpo y sus movimientos, a métodos que ya se han estudiado y están presentes, e incluso visuales, para poder entonces ejercer con precisión, la destreza y calidad la música y todos sus contextos y preceptos, pero con sumo y grato placer sobre todo, muy por encima de todo esfuerzo físico de forma consciente, logrando tanto de la misma manera, cuando un niño de pocos años de vida, disfruta de su caminar, de su tacto, de su oído, de su sentido del gusto y olfato con suma libertad.

## **Fisiopatología**

Las bases fisiopatológicas de la distonía focal del músico aún no se conocen completamente. Sin embargo, gracias al aporte de estudios neurofisiológicos y de neuro-imágenes funcionales, existe creciente evidencia de alteraciones en el procesamiento de información sensorial, integración sensorio-motora, procesos corticales y subcorticales de inhibición, que subyacen a esta patología.

Clínicamente, se caracteriza por aparición de contracción muscular involuntaria y se asocia a pérdida del control motor durante la ejecución musical. Es de aparición gradual y ocasionalmente pueden existir antecedentes de lesiones musculoesqueléticas o posturas no fisiológicas que anteceden la aparición de los síntomas. El examen neurológico es usualmente normal, aunque pueden desarrollarse posturas distónicas sutiles espontáneamente o con movimientos que involucran los segmentos afectados. La distonía permanece focal y no se generaliza. (*Elsevier España S.L 2017*)

El tratamiento se basa en la utilización de múltiples estrategias para el manejo de la distonía, con resultados variables. Si bien no se han definido una terapia específica, existen principios generales que se combinan en cada situación buscando obtener resultados. Esto incluye intervenciones desde una perspectiva farmacológica, manejo con toxina botulínica, técnicas de reentrenamiento sensorial, entre otras. (*Elsevier España S.L 2017*)

Ahora bien, como se ha dicho anteriormente, en la actualidad, se han realizado numerosas investigaciones sobre anomalías y disfunciones en las actividades deportivas y artísticas musicales, durante las últimas décadas y es un asunto que aparte de ser objeto de interés de la modernidad actual, es ante todo, un acto clave para entender lo que sucede a niveles modernos como lo ‘idiopático’ *en la humanidad por ejemplo, es decir, enfermedades que no tienen nada que ver con traumas físicos y por tanto se manifiestan en niveles psicológicos que involucran lo físico, en este caso, sus movimientos*, entre ellos un problema idiopático llamado ‘Distonía Focal del Músico’, ha sido analizado, estudiado de forma deductiva por neurólogos modernos y por fisioterapeutas, en personas que perdieron la facultad del manejo de sus manos en su equilibrio del movimiento desde sus músculos finos y otras partes del cuerpo.

Según *Farías. J. ( 2015)* La distonía focal del músico, es un enlace grave de comunicación neuronal, relacionada al esfuerzo físico incorrecto durante años sobre un instrumento musical, y que se ha hecho bajo movimientos motores finos de los músculos (*Movimientos de los dedos en este caso*) sobre el instrumento musical cordófonos (*sea el estilo del instrumento que sea*), trayendo como consecuencias, una alteración del ‘Tono Fisiológico’ de las manos, puede ser también manifestada en cualquier parte del cuerpo: piernas, pies, brazos, manos, labios, dependiendo del tipo de instrumento musical que se esté ejecutando mal, y muy extrañamente puede darse en los movimientos de la mandíbula, boca y labios para formular palabras en el habla.

Este problema neuronal de enfoque y al mismo tiempo idiopático, ya ha sido vista e investigada no de un todo, pues no tiene un tratamiento médico como tal asegurado; es un problema que todavía está en procesos de estudios e investigación más profunda, ya que el área de estudio de este problema, es el campo de la medicina neurológica y hasta ahora, no hay cura química. Y el fundamento de esta enfermedad, aparte de ser ‘Idiopática’... es la alteración del tono muscular del movimiento, y el olvido a su vez, de algún movimiento de forma inconsciente de la parte afectada, sea manos, pies, facciones del rostro, entre otros. Por otro lado, aceptado desde el punto de vista psicológico y desde el campo psiquiátrico, como una ‘Condición’, *radicalizada en la parte emocional del individuo*, donde a su vez el cuerpo, o partes del cuerpo, como manos, pies, brazos, labios, cara, que involucra el sistema nervioso central en estado de stress, ‘se estropean’.

Por otro lado, según *BurK. y García (1992)*: “las personas con características nerviosas, de personalidad tensa, como en los humores emocionales humanos, *los ciclotímicos y esquizotímicos*, que tienden a sufrir de depresión, rabias, tristezas o emociones tensas, en bases a sus sud tipos según humores emocionales como; Euforias, Melancolías, Hiperestésicos, Anestésicos, tienden a sufrir enfermedades psicosomáticas si son sometidos a un comportamiento contrario”...

Entonces, podrían ser propensos a sufrir enfermedades psicosomáticas en cualquier parte de su cuerpo, aquellos individuos que son ‘ciclotímicos’, ya que su función emocional que deben por naturaleza comunicativa mostrar en el exterior, es interna y no lo muestran, y no lo llevan a lo externo, son esos niños callados, o auto aislados, que por alguna razón, y que no hayan sufrido algún trauma exterior, llevan su tensión nerviosa a esas partes corporales que podrían sufrir de distonía focal, o alguna otra enfermedad de origen en este modo, psicosomático, sobre tensionando

tales órganos o miembros del cuerpo, cuando estos se someten a una función pública emocionante, como en el caso de la música o el teatro, deportes, entre otros..

Hoy en día los tratamientos que se llevan a cabo y los más eficaces sobre la distonía focal del músico en este caso, son los propuestos por la psicología, es decir, Usando la terminología de ‘desaprender lo aprendido’ enfocándose en re-practicar lo ya practicado en técnica instrumental en esta caso musical en la educación, enfocando concienzudamente los movimientos y sensaciones de los dedos, o movimientos finos sobre el instrumento musical que se domina, bajo una fuerte observación constante del tono y movimiento de las manos o brazos y tratar de dominar el movimiento fallido al movimiento correcto, controlando el stress para evitar según *Farías. J. (2015) la sobre entonación inconsciente del movimiento.*

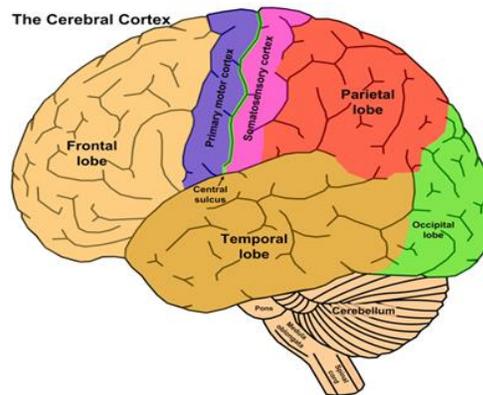
En otra palabras, es llevar el “*Enfoque de concentración*” del movimiento correcto, al fallo del miembro distónico en sí, llevándolo a un punto determinado y correcto del movimiento perdido, en este caso, usando la imaginería como apoyo a las ‘neuronas espejos’, (*ya que el problema es idiopático y se debe observar detenidamente, aplicando ‘la auto conciencia’ llevar la inconsciencia a lo consciente*) *international Journal of Psychoanalysis, 85 (2004) 1379 – 1400* y la relajación del sistema nervioso, que al principio se utilizaba, pequeñas descargas eléctricas en la zona o parte cerebral, donde se ubican las neuronas del movimiento motor, ‘las neuromas motoras’, en la zona que se destaca como el ‘Motor Cortex Cerebral’, con el objeto de regresar el tono muscular normal al movimiento en los tendones y músculos de la zona afectada .

Luego se estableció con el tiempo, (*ya que no se puede estar de manera continua aplicando pequeñas descargas eléctricas en la parte motora del cerebro, porque logra daños después*), que la tensión motora, puede des - tensionarse, al relajar el sistema nervioso. En otras palabras, dejar de sentir stress en la práctica de

forma auto consciente, y tratar de sentir placer de forma auto-consciente, los cuales al comienzo del tratamiento, se debe empezar por tomar, según prescripción médica, alguna pastilla tranquilizante - [www.mayoclinic.org](http://www.mayoclinic.org) 'Distonía' - antes de ejercitarse de nuevo y enfocando la situación del movimiento digital en el instrumento en este caso, hasta que el individuo logre el cometido de enfoque y autocontrol del asunto, y los dedos con problemas de difícil ajustes, controlarlos por medio de aparatos ortopédicos llamado, 'férulas'...

Las férulas como tal, darán un indicativo de cómo tienen que estar los dedos en su posición, de forma correcta al instrumento musical de acuerdo a la biomecánica de los dedos en sus movimientos naturales, con el objeto de tratar de dar con unas correctas pulsaciones ergonómica o movimientos estables, en otras palabras, la férula dará una presión, que logrará como recordatorio al cerebro y al *enfoque – control* de los movimientos digitales en auto consciencia, de mantener los dedos en posición ergonómica de forma obligada, para re establecer neuroplásticamente, los movimientos deformados a naturales...

Como ya se ha dicho antes, la distonía focal del músico, es un problema neuronal que se encuentra en el cerebro, ubicados en la parte encargada del movimiento voluntario, que con lleva también movimientos de manos, piernas y pies de forma entera; esa parte se llama; 'Cortex Motor' el lugar donde se encuentran dichas neuronas motoras. (*En el corte del cerebro en la foto, está marcado de color morado*)



**Ilustración 1. Corte del cerebro**

Las neuronas de esa parte del cerebro del ‘Cortex Motor’, tienen un espacio cada una por separadas, pero cuando se están fusionando en el proceso orgánico que les toca, que es el mando del movimiento, deberían estar, o mantenerse separadas dichas neuronas, y cuando se ven alteradas por tensiones adicionales psicológicas como nervios, stress, emociones fuertes, miedos escénicos, entre otros, esos movimientos finos musculares son alterados, entonces las neuronas pueden ligarse entre sí con el tiempo, trayendo como problema, lo siguiente; a) *que si un dedo como por ejemplo, el índice, que es el más fuerte de la mano, se le da el mando de apretar un objeto, la señal de mando que se le da al índice desde los impulsos cerebrales, tienden a mover los otros dedos también, lo cual estos no están en la señal de mando original.*

Es decir, que se puede mover el índice junto al anular, o índice y el medio, o índice y el meñique al mismo tiempo, cuando el mando de impulso real, es solo para el índice, donde los demás dedos no deben moverse, y debe estar en estado de reposo.... ahora, cuando esto sucede, es porque se han mezclado las neuronas correspondientes de estos dedos en un solo mando desde el córtex motor, y es lo que produce el problema distónico focal, la pérdida calculatorias de distancias finas, que el músico tenía por costumbre en sus movimientos técnicos anteriores sobre su

instrumento musical, un problema de ‘Fasciculaciones’ musculares, según *Dugdale. D (2010)*...

La mezcla de órdenes en las neuronas motoras del cerebro de forma disfuncional, la fasciculación que se va acrecentando, pueden engarrotar la mano que la sufre...y hasta se podría perder la técnica conseguida por años en el instrumento musical, y la mano sería una tormenta diaria emocional para el músico de profesión. El problema aquí, es que se va creando tensión tendonal, generando fasciculaciones musculares complejas, y eso sería ya una enfermedad de gravedad. *Dugdale. D (2010)*...

La situación determinante, es que en varios estudios metodológicos del problema de la distonía focal del músico, desde el campo del estudio psicológico y desde el campo de la medicina neuronal, hay una confrontación de debates entre la psicología y la neurología. La neurología lo denomina, un trastorno o enfermedad motora del movimiento en su base neuronal, mientras la psicología lo denomina, como un problema idiopático, es decir, una mala costumbre y esfuerzos de ejercicios de movimientos repetidos mal hechos, sumando la reacción del cerebro que sufriría el dolor, esto trae en contra fuerza, a la tensión nerviosa generada al movimiento digital o corporal, en un punto dado del instrumento musical a ejecutar, y el cerebro lo rechaza, elaborando obstáculos físicos.

### **Reentrenamiento Pedagógico**

La mayoría de los autores coincide en las ventajas de un enfoque multidisciplinario en el tratamiento de la distonía del músico, incluyendo la participación de un neurólogo y un fisioterapeuta, además de un abordaje psicoterapéutico en muchas ocasiones.

El reentrenamiento pedagógico comprende una variedad de aproximaciones terapéuticas que tienen en común el ser supervisadas por un instructor y estar orientadas a limitar y corregir la aparición de movimientos distónicos y compensatorios. No obstante, las características del reentrenamiento pueden variar entre distintos equipos, existen ciertos principios básicos.

- ∞ Los movimientos del área corporal afectada se limitan hasta el umbral de fuerza y velocidad donde el movimiento distónico es desencadenado.
- ∞ Detección y manejo de debilidad en músculos de cintura escapular, brazo, antebrazo y manos.
- ∞ Los movimientos compensatorios pueden ser evitados (al menos parcialmente) mediante el uso de férulas.
- ∞ Se favorece el “feedback” visual, mediante la utilización de un espejo, a objeto de que el paciente logre diferenciar la distonía de los movimientos propios de la ejecución. Además esto permite corregir posturas que dificultan la ejecución.
- ∞ Utilización de técnicas (*por ejemplo, el método de Feldenkreis*) que aumenten la percepción de los movimientos no distónicos, tanto en los dedos, como segmentos adyacentes a los dedos afectados.

Lo anterior, adicional o alternativamente, puede asociarse a ejercicios musicales inespecíficos, esto es, no pertenecientes a un repertorio particular, si no que diseñados para mejorar la técnica de ejecución instrumental (respetando los principios anteriormente mencionados). Ambos abordajes se asocian a una mejoría sintomática en el 50% de los casos, no obstante exigen dedicación y tiempo, lo que puede limitar la adhesión al tratamiento. Cabe agregar que el inicio temprano de la terapia, la menor severidad de los síntomas, la edad temprana y la ausencia de trastornos psicológicos concomitantes, son predictores de un resultado favorable. (*Elsevier España S.L 2017*)

### **Tratamiento Ergonómico**

Consiste en limitar los movimientos distónicos utilizando férulas en las partes afectadas, o evitando los movimientos distónicos por medio de su uso, por ejemplo, de reposicionamiento o rediseño de una llave en el caso de los instrumentos de vientos. Pueden incluirse acá, todas las formas de soporte (atriles, correas, etc.), que pueden ser de utilidad cuando la mano afectada por la distonía debe sostener el instrumento mientras se toca. (*Elsevier España S.L 2017*)

### **Rehabilitación Física**

Los conceptos modernos de rehabilitación, tienen como objetivo restablecer una postura fisiológica que soporten los gestos libres de los músicos. Incluye un exhaustivo análisis de movimientos de hombro, brazo, muñeca y dedos, así como posturas generales durante la interpretación. La conciencia corporal y el ajuste de posturas en pro de la relajación, son elementos de esta modalidad de intervención. (*Elsevier España S.L 2017*)

### **Soporte Emocional y Ocupacional**

Esta aproximación debe contemplar los múltiples factores asociados a la presencia de distonía focal, incluyendo aspectos de salud mental. El músico suele presentar stress por el alejamiento de la comunidad profesional a causa del tratamiento prolongado y la vivencia de una merma en el desempeño que dificulta su retorno. (*Elsevier España S.L 2017*)

La toma de conciencia de la búsqueda del perfeccionismo, la reestructuración de rutinas de vida satisfactorias y la educación al entorno pedagógico o laboral sobre este problema de salud, son parte del tratamiento. Esto debe generarse en forma paralela al abordaje anterior, contemplando la presencia de un equipo

interdisciplinario, que incluya neurología, terapia física, terapia ocupacional, psicología, entre otros. (*Elsevier España S.L 2017*)...

## **Bases Psicológicas**

La distonía focal del músico, no es un ‘síndrome psicológico’, pero es evidente que afecta a la personalidad, al estado anímico y al comportamiento. Desde la psicología se apunta como necesario pasar por las fases de aceptación, sorpresa, rechazo, desesperación, depresión, de la nueva situación, para así poder tomar conciencia del cambio, asumir la maduración de las dificultades y transformaciones en la vida cotidiana e integrarlas en ella desde una actitud positiva. Todo ello se hace más fácil si se cuenta con la ayuda de dos pilares básicos en este proceso: la asociación y la familia.

Según en la página web <http://www.distoniadelmusico.com>.

Antes que nada es necesario hacer una aclaración con respecto al término “Síndrome distónico” cuya definición coincide con el de “Distonía focal ocupacional” salvo en la atribución del origen, y por eso la preferencia en utilizar la denominación “Síndrome distónico”...

La manifestación o aparato externo, se caracteriza por **una actividad motora que escapa al control voluntario** del músico, como temblores, espasmos, contracciones..., que involucran grupos musculares activos durante la ejecución con el instrumento y que dificultan o impiden completamente el uso de esos grupos musculares para tal fin. **En muchas ocasiones, este caos motor se extrapola o traslada a otras actividades de la vida cotidiana**, en las que se ven involucrados los mismos músculos, en otras e incluso, empiezan a activarse músculos ajenos a la ejecución.

La manifestación interna, parte no visible del trastorno, está asociada a términos tales como, ansiedad, desesperación, preocupación, inseguridad, vulnerabilidad..., todos ellos matices del miedo que conforman la base detonante del trastorno en la inmensa mayoría de los casos.

La asociación entendida, como ese espacio en el que no hay lugar para las limitaciones, que la sociedad actual impone desde sus prejuicios, hace su parte dando información y comunicación continua y actual, desde un punto de vista de normalidad y proponiéndose como un lugar de descarga emocional. Promoviendo una importante labor psicológica, social y laboral donde se hace fuerte para continuar con su vida cotidiana en una posición más favorable.

La distonía focal, modifica TODO significativamente y de una manera fundamental las relaciones personales y, por tanto, las familiares. Por eso es importante integrar a la familia en todos los procesos y no dejarlos al margen como si la nueva situación no fuese afectar a su vida. El éxito ante las nuevas dificultades se puede conseguir entendiendo la distonía como un estímulo y nuevo reto ante la vida e integrando, en todo ese proceso que supone la aceptación de la enfermedad, a la asociación, familia y contar con apoyo de médicos y profesionales relacionados con la mejora de la patología. *Torres. S (2008)*

### **Bases Educativas**

En la Educación musical, el profesor debe estar dispuesto a colaborar con todos aquellos estudiantes de carácter multifacéticos, que en este caso secuencial serían, en entornos sociales, costumbres, culturas, entre otras predisposiciones.

Dentro del campo educativo tales procedimientos pedagógicos se encuentran unas bases ya estudiadas y que su referencia estaría bajo el estandarte del conductismo, y bajo otras maneras, como la humanista, el cognitivo, el constructivista, el sociocultural, etc.

Para ejercer una base educativa en un contexto musical, y para evitar así que el estudio de la música sea consecuencia de algún problema futuro para con el estudiante, se debe tener en consideración lo siguiente:

- I. El estudiante de música debe estar seguro de lo que desea estudiar, el docente debe conocer cuáles son las emociones o intenciones del estudiante para con la música, si éste está actuando físicamente para el objetivo. Si no lo está, buscar una estrategia.
- II. El estudiante debe tener salud mental, buena formación de las extremidades superiores e inferiores de su cuerpo.
- III. El estudiante debe tener una edad promedio en relación de fuerza a su instrumento musical, sea la naturaleza del instrumento, si es de viento, arco, percusión o cuerdas.
- IV. Los ejercicios técnicos deben ser estudiados lentamente, con conciencia de cada movimiento físico que ejerza sobre el mismo.
- V. Todo estudiante de música debe estar en armonía con el entorno social y familiar que le rodea, en este caso el docente en música debe buscar la forma de averiguarlo, con el objeto de buscar estrategias pedagógicas que pueda ayudar al estudiante. Si esta en desarmonía, hacer el estudio musical agradable y afectiva.
- VI. Antes de comenzar en cada instrucción de música en lo que respecta a técnicas, el docente debe alentar al estudiantado a una previa relajación, ya sea con estiramientos en las partes físicas a utilizar, ejercicios imaginarios sobre sentirse bien, respiración profunda, y una breve reseña histórica de algún suceso relacionado a la música para reflexionar, leer poemas relacionándolo al tópico musical.

La praxis de la música en relación a las bases educativas conocidas en otras disciplinas pedagógicas, por ser ésta una educación artística, suele ser conductista en niveles técnicos, y en sus niveles filosóficos y estéticos, suele ser cognitivo y humanista, en sus niveles compositivos, suele ser constructivista, y en la interpretación suele ser sociocultural... los estudios de la música podrían tener una

faceta como el resto de las disciplinas del conocimiento humano, pero en determinados momentos y por alguna razón, se suele romper ese criterio por su versatilidad expresiva y comunicacional,...

De manera pues, que la educación musical aunque pase por diferentes facetas a las bases educativas ya estudiadas, la base educativa desde un punto de vista práctico en la música, serían las bases de *'Jean William Fritz Piaget'*.

### **Marco Conceptual de la Investigación**

Según *Tamayo (2003)* la definición de términos básicos “es la aclaración del sentido en que se utilizan las palabras o conceptos empleados en la identificación y formulación del problema”, es decir, consiste en dar el significado preciso y según el contexto a los conceptos principales y expresiones, en el problema formulado que resaltan los conceptos que se describen de la siguiente manera:

**Ergonomía:** Estudio de datos biológicos y tecnológicos aplicados a problemas de mutua adaptación entre el hombre y la máquina. Microsoft Encarta (2009)

**Distonía:** Alteración del tono fisiológico. Microsoft Encarta (2009)

**Fisiopatología.** Estudio de la relación entre las funciones del organismo y sus posibles alteraciones. Microsoft Encarta (2009)

**Músico:** Persona que conoce el arte de la música o lo ejerce, especialmente como instrumentista o compositor. Microsoft Encarta (2009)

**Salud:** Estado, en que el ser orgánico, ejerce normalmente todas sus funciones. Condiciones físicas en que se encuentra un organismo en un momento determinado. *Microsoft Encarta (2009)*...

## **CAPÍTULO III**

### **DIMENSIÓN METODOLÓGICA**

Toda investigación, es sin duda una curiosidad, que reconoce al investigador, basado en ciertas herramientas para llegar a resolver lo que se investiga. La metodología, es en esencia sumamente importante en toda investigación, pues ella resulta ser, la columna vertebral que le da sentido a la investigación. A partir de entonces, en esta unidad se encuentra esas vertebras por la cual esta investigación se regirá.

#### **Naturaleza de la Investigación**

Según la enciclopedia electrónica Eumed.net en la web (*año 1999 - 2002*) “El enfoque de la investigación es un proceso sistemático, disciplinado y controlado y está directamente relacionada a los métodos de investigación que son dos: método inductivo, generalmente asociado con la investigación cualitativa, que consiste en ir de los casos particulares a la generalización; mientras que el método deductivo, es asociado habitualmente con la investigación cuantitativa, cuya característica es ir de lo general a lo particular – virtual”

La investigación presente, es una dinámica cualitativa, basado en referencias y observaciones de un problema físico corporal grave, provocado por una mala praxis en el campo de la música, en lo que respecta a técnicas interpretativas de la misma, sobre los instrumentos musicales. Técnicas que involucran en el natural movimiento corporal; la tensión muscular, el tono muscular, los nervios, las emociones, y otros procesos sutiles en el músico.

Así que el enfoque de esta investigación cualitativa es tratar de resolver y al mismo tiempo de evitar, la problemática que se ha mostrado en esta investigación, sobre lo que es la distonía focal del músico, una observación detallada y epistémica que pretende a considerar que en la sociedad del magisterio en las escuelas de música, añadan nuevas fórmulas de enseñanza musical, incluyendo ejercicios y normativas, métodos pedagógicos que posean conocimientos del estudio de la psicología humana, que puedan ser aplicados, para lograr si se puede decir así, ergonomía emocional al estudio musical. Por supuesto que habría un medio inductivo presente y de manifiesto en este enfoque cualitativo, en vista que relacionado a la problemática ya referida, que de lo general pasaría a lo particular, y es que los estudios musicales, son de connotación particular,...

### **Método de Investigación**

El método sería la Hermenéutica. El objetivo aquí planteado, es en explicar la distonía focal del músico como *'un problema de movimientos digitales'* en este sentido, la presente investigación, tiene un nivel de interpretación al fenómeno de manera personal e historicista, al través de la autogestión, auto observación y experimento del fenómeno, usando actos cenestésicos aprendidos por experiencia personal, enfocados y funcional. Esto tiene como propósito, determinar los orígenes o las causas del problema de esta investigación en forma explicativa,...

Dada la premisa anterior del nivel explicativo, desde el punto de vista de Arias. *F (2010)* consiste:

La investigación explicativa se encarga de buscar el porqué de los hechos mediante el establecimiento de las relaciones causa - efecto. En este sentido, los estudios explicativos pueden ocuparse tanto de la determinación de las causas (investigación post facto). Como de los efectos (investigación experimental), mediante pruebas de hipótesis.

Sus resultados y conclusiones constituyen el nivel más profundo de conocimientos. (p. 26)

### **Diseño de la Investigación**

Según Palella y Martins (2010) el diseño de investigación, se refiere “a la estrategia que adopta el investigador para responder al problema, dificultad o inconvenientes planteados en el estudio” (p.86). En este sentido, esta investigación como tal, es la ‘no experimental’, que según el mismo autor “es el que se realiza sin manipular deliberadamente ninguna variable”. En todo caso, el investigador, observa los hechos tal y como se presentan en su contexto real y a su vez, experiencial. Así también Hernández, Fernández y Batista (2010) exponen que: “El termino diseño, se refiere al plan o la estrategia concebida para lograr la información que se desea” (p.158).

De manera análoga, respecto al tipo de investigación *Palella y Martins (2010)* comentan que ésta “*se refiere a la clase de estudio que se va a realizar. Orienta sobre la finalidad general del estudio y sobre la manera de recoger las informaciones o datos necesarios*” (p.88). En este sentido, la investigación más adecuada de hecho para la comprensión de esta exposición investigativa presente, sería en la de utilizar un proceso mixto de investigación, por un lado, la de campo, y por otro lado, la experimental.

Esta investigación explica la Disonía Focal del Músico como un problema de movimientos digitales por malas praxis de técnicas musicales, para ello se realizaron los siguientes pasos: primero, se diagnosticó la disonía focal en la educación musical que pudiera estar presente en el aprendizaje musical del ejecutante; segundo, se escribieron los principales problemas de la disonía focal del músico presente en la

actividad productiva musical y finalmente como tercero se recopilaron técnicas para el mejoramiento de la distonía focal en el ejecutante, para la educación musical.

### **Escenario de la Investigación**

Tiene que ser a grosso modo la investigación, en el ámbito profesional del magisterio artístico musical y en medicina, porque en tal sentido, se encuentra en ello, la observación y detalles de los elementos a estudiar y de verificación de lo antes dicho, buscando los detalles que puedan promover la situación que esta investigación refiere, ya que dentro de un escenario social y humano, con un ente de características variantes, cuyo desarrollo en su dependencia de sus vínculos, depende de lo que entabla con su entorno. Lo cual esto quiere decir, que las personas son las que construyen el contexto social pero, a la vez, este contexto, incide en su realidad.

### **Unidad de Estudio o Informantes Clave**

‘En base a la experiencia personal’,....

- **Médico Psiquiatra:** *Dra Rosemary Domínguez Solís*

Trabaja en el Hospital Carabobo como Dra en el área de Psiquiatría y en el módulo de servicio estudiantil por la Universidad de Carabobo, en el Oncológico de Bárbula por la DDE, Municipio Nagüanagüa, y en un consultorio privado en la Av principal de Tarapio en el mismo municipio.

- **Licenciado en Educación.** *Profesor Miguel Ángel Rodríguez Rojas*

Licenciado en Educación Mención ‘Dificultad del Aprendizaje’ egresado de la Universidad Abierta, hizo curso en, ‘Prevención en accidentes laborales’ Unefa,... es Profesor de estética, filosofía e historia de la música y profesor de ‘Guitarra

Clásica’ en la escuela de música Sebastián Echeverría Lozano – Valencia - Venezuela.

- **Licenciado en Arte mención Música.** Profesor *Leonardo Lozano*

Egresó como Profesor Ejecutivo de ‘Guitarra’ en el Conservatorio Nacional de Música Juan José Landaeta, bajo la tutela del maestro Armando Cisneros en Caracas, Venezuela, Estudió ‘Cuatro solista’ con el maestro Abundio López y Fredy Reyna, se licenció con honores en Artes, mención Música, en la Universidad Central de Venezuela.

Actualmente labora como profesor de Guitarra Clásica nivel avanzado, en la Escuela de Música, Sebastián Echeverría Lozano - Valencia Edo Carabobo

### **Validez de la Información**

Según *Parella y Martins (2010)* “la validez se define como, la ausencia de sesgos. Representa la relación entre lo que se mide y aquello que realmente se quiere medir” (p.160). En consecuencia, se tomara para la validación del instrumento, la Validez Interna que según el mismo autor señala, “es la medida en que el diseño de un estudio proporciona control y, por tanto confianza en la interpretación de los resultados”. Así el instrumento elaborado, fue sometido a un proceso de Juicio de Expertos, que esto a su vez según *Parella y Martins* “revisan el contenido, la readaptación y la pertinencia de cada reactivo, y hacen recomendaciones para que el investigador efectúe debidas correcciones, en caso que lo consideren necesario” (p.161). Por otro lado, la investigación en el campo ‘Cualitativo’, la validez se realiza a través de la triangulación de la información.

## **Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos**

Un instrumento de recolección de datos, es principalmente un recurso de las cuales puede valerse un investigador, para así entonces poder dar con los acontecimientos y procesos buscados y extraer así de ellos, la data. Estos serían algunos elementos básicos propuestos, donde se podrían conseguir la información en las fuentes consultadas.

Para Denzin y Lincoln (2005, tomado de Vargas, 2012) ‘La entrevista’ es “una conversación, es un arte de realizar preguntas y escuchar respuestas” (p.643). Esto como una técnica para recoger datos, este proceso de buscar información, puede adquirir la personalidad del encuestador, todo en el aspecto anímico, como también en el uso de cuadernos para apuntes en el momento preciso, grabaciones de voz en las encuestas para poder así grabar expresiones y ambientes, de cómo el entrevistado o el encuestado responde anímicamente a las exigencias interrogativas de interés del investigador, etc.

Según *Paella y Martins (2010)* “refieren que las técnicas de recolección de datos “es, en principio, cualquier recurso del cual puede valerse el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ello información” (p.125). La técnica que se empleó en el presente estudio es la ‘Entrevista’, que según *Arias. (2010)* “es la modalidad que se realiza de forma escrita mediante un instrumento o formato de papel contentivo de una serie de preguntas” (p.73-74).

### **Guión de la Entrevista**

- 1) ¿Qué cree usted sobre esta referencia de la Distonía Focal del músico de acuerdo a la explicación que se le dio y de acuerdo a los ejemplos del material audio visual que se le mostró?

- 2) ¿Cuál sería para Usted la mejor forma de solventar la distonía focal del músico en la educación, un problema físico musical, acorde a su conocimiento como psiquiatra?, ¿cómo músico? ¿cómo profesor?... (dependiendo el área profesional del entrevistado)...
  
- 3) ¿Considera usted que la distonía focal del músico, al ser comprendido deban hacerse métodos nuevos, según la naturaleza de la biomecánica del cuerpo físico del movimiento, en relación al estudio de los instrumentos musicales, nuevas formas pedagógicas por ejemplo?
  
- 4) ¿Según su análisis particular, en su experiencia como psiquiatra, ¿cómo profesor?, ¿cómo músico? (dependiendo el área profesional del entrevistado) qué le pareció este fenómeno en particular que ha mantenido en vilo, a muchos músicos que la padecen y que al mismo tiempo, a sesgado o mutilado la carrera de estos?...
  
- 5) ¿Qué concejo o que conocimientos en su área, aportaría a quién esté sufriendo este flagelo psiconeuronal?...

### **Interpretación de la Información Suministrada por los Informantes Clave de la Investigación**

**Cuadro 1. Triangulación de la información**

<b>Triangulación de la investigación</b>				
<b>Categorías</b>	<b>Informante N° 1</b>	<b>Informante N° 2</b>	<b>Informante N° 3</b>	<b>Interpretación</b>
Referencia de la Distonía Focal del Músico.	En relación ahora de la 40distonía focal del músico, realmente vengo hacer una revisión, a raíz de tu trabajo, para ver de qué se trata, pues no la había	Ha sido tremenda la información sobre este problema de la 40distonía focal del músico, de las cuales a mis años de actividad pedagógica, me entero	Bueno mira, con respecto a la 40distonía focal, he estado atento, no quiero utilizar la palabra preocupado, he tenido	La praxis de un instrumento musical, es una actividad delicada que intenta expresar música como expresión del

	<p>escuchado, de acuerdo a las descripciones que estás dando y doctores que estás citando, me doy cuenta, que esta 41distonía focal del músico, entra también en el mismo plano de las personas que no pueden ser comprendidas porque nadie sabe lo que les pasa, e incluso, la misma persona que lo padece, llegan hacer aisladas, sacadas de alguna actividad, son discriminadas.</p> <p>Los doctores y autores que estás citando, muestran una población que pueden ser baja en frecuencias, de quienes la padecen, esto no quiere decir que este problema no exista, hay individuos que la padecen, y sucede... Yo creo que de ahí la importancia... Tal vez no suceda a muchos, pero ya su manifestación es importante...</p> <p>La 41distonía focal del músico, me parece una afección, o condición, desconocida, puede ser muy lamentable, porque está toca el área profesional de alguien que ya está desarrollado en una labor y lo elimina de la actividad de su subsistencia. (Líneas 46 – 70)</p>	<p>sobre la existencia del mismo.</p> <p>Uno dentro del margen pedagógico, obedece en cierta medida, a los métodos establecidos e históricos en este caso, sobre la enseñanza musical de un instrumento, en este caso en mi contexto, la guitarra..</p> <p>Y he leído tu trabajo especial de grado, que me parece muy bien especificado sobre el tema, aparte de la conversa previa que tuvimos, y me sorprende de manera esto, ya que como profesor de música, en realidad, mi mención es sobre todo, la prevención en accidentes laborales, y no me he enterado de algo así.. (Línea 1 – 16)</p>	<p>conocimiento de ello, porque he tenido discípulos muy queridos y amigos, que han confrontado esta situación.</p> <p>Y uno de ellos que tocaba hasta la Chacona de Bach como virtuoso, y otras grandes obras del más alto relieve técnico guitarrístico, tristemente está fuera de mi legado, que con tanto amor vacié en él, y me duele mucho, y es por la 41distonía focal del músico.</p> <p>Someter al cuerpo a un entrenamiento exhaustivo, se podría presentar un foco negativo, que podría ser una amenaza de este tipo, yo la he sentido particularmente.</p> <p>Entonces lo que hice fue suspender el compromiso que tenía en ese momento, dejar el instrumento a un lado y dejar que mi cuerpo se recuperara... (Líneas 1 – 21)</p>	<p>alma de una nación. Es un acto cultural humano, comunicacional y natural.</p> <p>Pero su práctica consiste fuera del área común del cerebro humano, cuando los movimientos corporales, se dan en longitudes mínimas de espacios, en espacios mínimos propios de un instrumento musical, no comunes antropomorfamente al cerebro humano, y cuando se sobre dimensiona sus manifestaciones técnicas en un instrumento musical, para acercarse a atmosferas que a veces no son propias al instrumento musical (virtuosismos), trae como consecuencias, problemas motores del movimiento en el motor neuronal del cerebro, involucrando las partes o miembros que se usan para tocar el instrumento.</p> <p>Todo queda como un acto de rebelión del cuerpo</p>
<p>Solventar la Distonía Focal del músico en la Educación</p>	<p>Cuando se piensa de 'Solventar', se debe conocer el origen, la causa del problema, y cuando se piensa en las Distonias, aún estas no están definidas como tal. ¿De cómo evitar o</p>	<p>Yo hago referencia a los métodos que se usan normalmente, y uno ejerce sobre ellos, la experticia de cómo debe interpretarse según experiencia propia esos métodos,</p>	<p>Independientemente de los resultados que arrojen los estudios sobre la 41distonía focal, el planteamiento de la técnica, de la biomecánica o</p>	<p>La Música bajo la pedagogía, debe ser tutelada, vigilada por un profesional de la educación musical, experimentado, que tenga el gusto nato</p>

	<p>solventar? La causa no está bien definida todavía, y por lo tanto, se suelen argumentar diferentes situaciones, como traumatismos, eventos traumáticos psicológicos de la persona, entre otros.</p> <p>No me atrevería a decir cómo sería la forma de solventar o de evitar la 42dístonía, creo que eso está relacionado a una causa y no la conocemos, y si la conocemos, si la mostramos, si la ponemos en lugares informativos que indiquen que ella existe desde la Educación, hablando de este caso, que no la neguemos, entonces es ahí, donde hay que decidir, qué hacer con ella,.. (Líneas 72 – 86)</p>	<p>que de por sí, escritos por grandes músicos que no se, si estos fueron expertos en materia motriz corporal o algo por el estilo,.. Me refiero a un método sobre todo, “La guitarra razonada” escrita por Emilio Pujol, por ejemplo...</p> <p>Y de acuerdo a eso, uno ejerce clases, y manda a los muchachos a practicar de una manera tranquila, las lecciones bien ejercidas y razonadas,.. Y yo creo, que la mejor manera de solventar un problema, es ante todo, no provocarlo, no crearlo, porque una vez que se crea, será difícil de arreglar lo que se dañó, y esto es pensándolo fríamente. El asunto sería, evitar de ante mano, lo que sería difícil de reparar,.. (Líneas 44 – 61)</p>	<p>fisiomecánica como también se le llama, es una necesidad que gira en torno al asunto de la salud y en este caso al músico.</p> <p>Por ejemplo, cuando quieres tocar bien una pieza, comienzas a ejercitarte en tocar por muchas horas, y en ese momento no siempre se piensa en lo ergonómico, no siempre se piensa en lo natural, en tratar de abarcar una técnica correcta, si no que al contrario, pareciera que son las mañas las primeras que surgen.</p> <p>Es allí donde debe entrar la conciencia del docente referente a los peligros y problemas que se puedan presentar, y la manera de transmitir la técnica adecuada, una técnica que sea económica en esfuerzo, en el espacio y desplazamiento en el instrumento que se estudia, una técnica que disminuya los movimientos innecesarios, y que faciliten al logro de los objetivos... (Líneas 65 – 87)</p>	<p>de enseñar y sea experto sigiloso en los afectos emocionales positivos y negativos de sus estudiantes.</p> <p>Así como es vigilada la praxis del deporte, cuidando fisuras o accidentes musculares corporales en general, evitando accidentes se debería hacer igual en el entrenamiento musical.</p> <p>Porque en este caso en la música, se generan emociones, aspectos psicológicos emotivos negativos ocultos en los jóvenes como también positivos, donde se extreman por emoción y pasión más sus ambiciones personales, logrando sin darse cuenta, deformar así sus articulaciones manuales, y/o corpóreo en general... por un esfuerzo excesivo en el instrumento musical.</p>
<p>Información preventiva referente a la Dístonía Focal del Músico en la Educación</p>	<p>Si,... o sea, si no sabemos la causa, si no sabemos tampoco de qué manera debería ser abordada con claridad el problema, entonces creo que una vez</p>	<p>Me atrevería a decir, que más que re hacer el método, lo que habría de proporcionar a quienes usamos el método, es el dotarnos de las herramientas</p>	<p>Yo pienso que al cuerpo hay que aprender a darle ordenes razonables, hay que exigirle en unas condiciones en que el cuerpo pueda</p>	<p>Todo arte musical o como también todo arte escénico, pictórico y en general, pero sobre todo la música porque involucra</p>

Musical	<p>conociéndola, y sabiendo que existe, bueno,... entonces hay que abrir la nueva gama de posibilidades, entre ellas, la parte donde la educación se ejerce, los métodos que puedan informar y ayudar a evitar el problema, darle auge, movida,...</p> <p>Porque en los métodos pedagógicos que uno ve mayormente, poco se habla de la cuestión física de los problemas, en cuanto a las contracturas musculares existentes, en este caso de lo que hablamos, solo se habla de argumentos físicos para mostrar, pero nunca se habla de su mecanismo.</p> <p>Ahora, si se juntan las causas, aquellas que la producen, los aspectos psicológicos, las emociones involucradas, explicándolo en el campo educativo, entonces todavía hay un mundo por explorar, y quizás poder así, solventar el problema. (Línea 88 – 108)</p>	<p>básicas necesarias para comprender situaciones de este tipo como el de este caso, sobre 43dístonía focal, para comprender, no solamente con el objetivo de hacer música, a como dé lugar, si no, aquella persona que es quién va hacer que el instrumento suene, y bien, pueda lograrlo sin problemas a futuro.</p> <p>Nuestras instituciones formadoras, no contemplan, ese tipo de preparación preventiva, así como en las escuelas formadoras de educadores, ni pedagógicos, ni universidades, no dan este pequeño detalle, como por ejemplo; el uso de la voz. Y cuando se va al Ipasme, las causas de las cuales se le incapacita a un docente, es por la voz, por los nervios, y problemas cardiacos, esos son los picos precisamente, los puntos álgidos que llevan al docente a incapacitarse. Entonces en conclusión, si tuviéramos las herramientas necesarias en este sentido preventivo, pudiéramos a bordar el método, con prevención, o, ser más vigilante del uso al método, la forma de abordar las ejecuciones teóricas de las mismas, y sobre todo, como ponderación, una buena salud psicológica.</p> <p>(Líneas 96 – 124)</p>	<p>dar el sí de lo mejor, hay que tenerlo alimentado. (Líneas 90 – 93)</p> <p>Yo he tomado la guitarra, el cuatro y la música, casi como la base de mi aprendizaje de vida, todo lo que he aprendido de ella, es aplicable a la vida muchas veces.</p> <p>Y retomando el tema, la economía del movimiento, eso es lo que yo le digo a los muchachos que cuando se hace un esfuerzo mayor, llevarlo al mínimo necesario, porque el exceso viene en contra de uno, bueno un día de esos, me di cuenta, que así sería igual cuando se trata a las personas, como en decir algo, que no requería de tantas palabras, o sea, que aplicando mucha fuerza, el exceso se viene en contra de ti luego, es mejor, Prevenir que lamentar... (Líneas 113 – 125)</p>	<p>situaciones orgánicas motoras en sus movimientos finos, que últimamente se lleva a lo sobre dimensional, tiene que haber un balance, de sentido común desde la Educación.</p> <p>Llevando a los estudiantes de música, a conocerse a sí mismos, plantearles ¿que hasta donde realmente son capaces de llegar y que tipos de ambiciones reales podrían lograr desde la música?, usando la franqueza de sus honestidades, y si no la tienen, enseñárselas desde la pedagogía, y educarles sobre todo, lo que es el cuerpo físico como instrumento delicado y complejo de manejar en la vida.</p> <p>El cuerpo físico, es el instrumento real que necesitamos para llevar a cabo todos nuestros sueños, pasiones, y ambiciones reales de nuestras metas.</p>
---------	--	--	---	--

Fuente. García (2019)

## **Reflexión de la Triangulación**

En comparación con las experiencias y conversas con las partes implicadas, como los informantes de esta entrevista investigativa, a una investigación experimental, explicativa, cualitativa y hermenéutica, se ha logrado comprender diversas maneras de abordar el problema, que se ha presentado con cierta frecuencia y quizás hasta más, en otras áreas artísticas en las escuelas de música, y que dichos problemas, no se han mostrado a gran escala, precisamente por la ignorancia de esta 'condición' existente, aquella llamada, distonía focal del músico, y que muchas veces se diagnostican bajo otros nombres de manera errónea, porque no se sabe con exactitud la verdad del asunto.

Y que desde la experiencia propia, se ha vivido y confrontado la distonía focal del músico, y se puede vislumbrar haciendo conciencia, una luz de esperanza para las futuras generaciones de músicos en sus escuelas, diseñando a futuro, nuevas formas pedagógicas para abordar la tecnología creciente en la música, y mantener a la vez el espíritu natural de la calma, flexibilidad, paz, salud y concordia en el cuerpo físico y mente, en la participación de las literaturas artísticas generales, en el quehacer humano, y sobre todo desde la Educación, desde nuestras emociones, desde nuestros sentimientos.

## CAPÍTULO IV

### DESCRIPCIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

#### Entrevista a los profesionales de la música y de la salud referente a la distonía focal del músico

Las siguientes entrevistas se llevaron a cabo a profesionales de la música en áreas competentes como; en la pedagogía y enseñanza musical guitarrística, y en el área de la interpretación concertista internacional guitarrística, también se llevó a cabo la entrevista, a profesionales del área de la salud mental en la parte psiquiátrica. Este ciclo de entrevistas, fue con el objeto de extraer de dichas informaciones, expresiones e impresiones diversas, elementos claves que puedan servir de veracidad, de propuestas, de opiniones al respecto y manejo de un problema poco conocido, pero paradójicamente manifestable de manera continua, en la cotidianidad de los intérpretes profesionales de la música.

#### Cuadro 2. Entrevista Informante 1. Rosemary Domínguez Solís

Fecha: 24 de junio de 2018

Lugar: Nagüanagüa

Profesión: Médico Psiquiatra adscrita al hospital Carabobo y a la DDE de la Universidad de Carabobo en el Oncológico de Bárbula municipio Nagüanagüa.

N° L	Texto Entrevista	Categoría
1	Antes de responder y darte la respuesta a la	<i>Referencia de la Distonía Focal del músico</i>
2	pregunta completa, te voy hablar un poquito de	
3	la experiencia mía como psiquiatra, en cuanto a	
4	las distonías de otros tipos; la distonía	
5	medicamentosa, la distonía psicógena, por	
6	decirte 2 que son las más frecuentes.	
7	La distonía medicamentosa, es la que se produce	
8	sobre la contractura de un grupo muscular,	
9	asociada al consumo de algún medicamento que	

<p>10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51</p>	<p>podría producirla, es muy dolorosa, algún familiar que pueda estar presente que pueda presenciar eso, termina asustándose, porque no entiende que le pasa a esa persona que está contraída ahí, y torcida,.. Es decir, se produce dos procesos, la parte dolorosa y la parte de la incomprensión. Incomprendida por el desconocimiento. La distonía psicógena, es aquella donde una persona ante determinada situación, que al no poder manejarla, porque no sabe manejar tal situación, terminar también, en una serie de contracturas musculares, y puede ser mal interpretada dichos incomprendidos movimientos por sus semejantes,...</p> <p>De manera que las distonias tanto la psicógena como la medicamentosa, pueden ser juzgadas ante personas ignorantes, como manipulaciones exageradas en momentos de acciones de estrés, de estas personas que sufren de esas distonías, y de ahí en adelante, pueden devenir, toda una cascadas de incomprensiones en sus semejantes, y luego como reacción más adelante, el maltrato. O sea, lo que te quiero decir, es que las personas que tienen estas patologías, son incomprendidas por un lado, y maltratadas por otro,.. De manera que si estas personas por alguna razón de estrés, muestran estas situaciones de contracciones musculares involuntarias, la gente diría de ellas, o sus semejantes; “se comporta así porque está manipulando, no le des tal cosa, déjala ahí, es una pantalla...”, etc.... en otras palabras, en el mundo de las distonias, entra el juego la incomprensión por ignorancia.</p> <p>En relación ahora de la distonía focal del músico, realmente vengo hacer una revisión, a raíz de tu trabajo, para ver de qué se trata, pues no la había escuchado, de acuerdo a las descripciones que estás dando y doctores que estás citando, me doy cuenta, que esta distonía focal del músico, entra también en el mismo plano de las personas que no pueden ser comprendidas porque nadie sabe lo que les pasa,</p>	<p><i>Solventar la Distonía Focal del Músico en la Educación</i></p> <p><i>Métodos nuevos y nuevas formas pedagógicas Preventivas en los instrumentos musicales</i></p>
--	---	---

52	e incluso, la misma persona que lo padece,	
53	llegan hacer aisladas, sacadas de alguna	
54	actividad, son discriminadas.	
55	Los doctores y autores que estás citando,	
56	muestran una población que pueden ser baja en	
57	frecuencias, de quienes la padecen, esto no	
58	quiere decir que este problema no exista, hay	
59	individuos que la padecen, y sucede,.. Yo creo	
60	que de ahí la importancia,.. Tal vez no suceda a	
61	muchos, pero ya su manifestación es	
62	importante,..	
63	La distonía focal del músico, me parece una	
64	afección, o condición, desconocida, puede ser	
65	muy lamentable, porque ésta toca el área	
66	profesional de alguien que ya está desarrollado	
67	en una labor y lo elimina de la actividad de su	
68	subsistencia...	
69	Cuando uno piensa de, ‘Solventar’, se debe	
70	conocer el origen, la causa del problema, y	
71	cuando se piensa en las Distonias, aún estas no	
72	están definidas como tal. ¿De cómo evitar o	
73	solventar? la causa no está bien definida todavía,	
74	y por lo tanto, se suelen argumentar diferentes	
75	situaciones, como traumatismos, eventos	
76	traumáticos psicológicos de la persona, entre	
77	otros.	
78	No me atrevería a decir cómo sería la forma de	
79	solventar o de evitar la distonía, creo que eso	
80	está relacionado a una causa y no la conocemos,	
81	y si la conocemos, si la mostramos, si la	
82	ponemos en lugares informativos que indiquen	
83	que ella existe, que no la neguemos, entonces es	
84	ahí, donde hay que decidir, qué hacer con ella,..	
85	Si,... o sea, si no sabemos la causa, si no	
86	sabemos tampoco de qué manera debería ser	
87	abordada con claridad el problema, entonces	
88	creo que una vez conociéndola, y sabiendo que	
89	existe, bueno,... entonces hay que abrir la nueva	
90	gama de posibilidades, entre ellas, la parte donde	
91	la educación se ejerce, los métodos que puedan	
92	informar y ayudar a evitar el problema, darle	
93	auge y movida,...	

94	Porque en los métodos pedagógicos que uno ve	
95	mayormente, poco se habla de la cuestión física	
96	de los problemas, en cuanto a las contracturas	
97	musculares existentes, en este caso de lo que	
98	hablamos, solo se habla de argumentos físicos	
99	para mostrar, pero nunca se habla de su	
100	mecanismo.	
101	Ahora, si se juntan las causas, aquellas que la	
102	producen, los aspectos psicológicos, las	
103	emociones involucradas, explicándolo en el	
	campo educativo, entonces todavía hay un	
	mundo por explorar, y quizás poder así,	
	solventar el problema.	

**Fuente: García (2019)**

### **Cuadro 3. Entrevista Informante 2. Miguel Ángel Rodríguez Rojas**

Fecha: 17 de Octubre de 2018

Lugar: Valencia

Profesión: Licenciado en Educación Mención, ‘Dificultades del Aprendizaje’ con especialización en Gerencia Educativa, egresado de la Universidad Abierta, hizo curso de prevención de accidentes laborales (Unefa)

Profesor de las cátedras de; filosofía, estética, historia de la música y Guitarra Clásica, en la Escuela de Música ‘Sebastián Echeverría Lozano’ Valencia – Venezuela

N° L	Texto Entrevista	Categoría
1	Ha sido tremenda la información sobre este	<i>Referencia de la Distonía Focal del músico</i>
2	problema de la distonía focal del músico, de	
3	las cuales a mis años de actividad pedagógica,	
4	me entero sobre la existencia del mismo. Uno	
5	dentro del margen pedagógico, obedece en	
6	cierta medida, a los métodos establecidos e	
7	históricos en este caso, sobre la enseñanza	
8	musical de un instrumento, en este caso en mi	
9	contexto, la guitarra,... Y he leído tu trabajo	
10	especial de grado, que me parece muy bien	
11	especificado sobre el tema, aparte de la	
12	conversa previa que tuvimos, y me sorprende	
13	de manera esto, ya que como profesor de	

<p>14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55</p>	<p>música, en realidad, mi mención es sobre todo, es la prevención en accidentes laborales, y no me he enterado de algo así,..</p> <p>La mejor manera de Solventar, no es así de fácil como se dice, ya que por lo que me demostraste en el video, se ve claramente una actividad que a simple vista estaba bien, pero que al señalarme los por menores del asunto, no lo estaba en realidad. Y eso es nuevo para mí, poder compararlo con un antes y después, de lo que me expusiste visualmente, se ve en detalles la diferencia y la mejoría de uno al otro ejemplo, en la ejecución de la flauta,...</p> <p>José, con este detalle, uno como profesor, se ve abrumado con esto, y hay una parte en tu trabajo de grado, donde expusiste un frase, que me preocupó mucho, y me dejó en contraste conmigo mismo, esa parte dice, o asomas, que a veces los problemas que se generan en un estudiante, en relación a la técnica del instrumento musical, se debe a la ignorancia pedagógica impartida por el maestro, algo así, ese punto me tocó bastante, porque me puse a reflexionar detalladamente, pensando sobre manera, ¿qué se me habrá pasado a mí con los años de experiencia que he tenido?.</p> <p>Yo hago referencia a los métodos que se usan normalmente, y uno ejerce sobre ellos, la experticia de cómo debe interpretarse según experiencia propia esos métodos, que de por sí, escritos por grandes músicos que no se, si estos fueron expertos en materia motriz corporal o algo por el estilo,.. Me refiero a un método sobre todo, “La guitarra razonada” escrita por Emilio Pujol, por ejemplo,...</p> <p>Y de acuerdo a eso, uno ejerce clases, y manda a los muchachos a practicar de una manera tranquila, las lecciones bien ejercidas y razonadas,.. Y yo creo, que la mejor manera de solventar un problema, es ante todo, no provocarlo, no crearlo, porque una vez que se crea, será difícil de arreglar lo que se dañó, y</p>	<p><i>Solventar la Disonía</i> <i>Focal del Músico en la</i> <i>Educación</i></p>
--	---	---

<p>56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97</p>	<p>esto es pensándolo fríamente. El asunto sería, evitar de ante mano, lo que sería difícil de reparar,.. Vamos con esta pregunta que es muy interesante, pues la necesidad de re hacer, pensar y repensar, métodos, técnicas, todos estos principios relacionados con la biomecánica...yo pienso lo siguiente José, hay un método como te había dicho antes, el método de Emilio Pujol sobre, 'la Guitarra Razonada', no sé, repito, si el autor era experto en biomecánica, no sé si era experto en lo neuronal y ese tipo de comportamientos, y fíjate que es interesante, porque intenta incorporar dicho método, elementos técnicos, conductas adecuadas en ejecución, en un guitarrista, con una explicación que por si bien, bien detallada, donde dice el autor que se razona detalladamente con el estudiante de manera justificada, en mutuo acuerdo, de cada una de las ejercitaciones,... y es común denominador en esas ejecuciones, la importancia de la relajación, la importancia de no abusar de la ejercitación, porque esa es otra cosa, porque el método en sí, que no tendría inconvenientes, porque nosotros lo que llamamos métodos aquí en la escuela y en los instrumentos, tiende hacer una serie de lecciones, de ejercicios, que buscan incorporar recursos técnicos al estudiante. Pero que te digo yo, que bien pudiera ser por el método (A), por el método (B) o por el (C), tomando en cuenta que el método es, un recurso que te da un camino para,... pero no es el método como tal, es una herramienta, ¿entonces qué sucede?.. Me atrevería a decir, que más que re hacer el método, lo que habría de proporcionar a quienes usamos el método, es el dotarnos de las herramientas básicas necesarias para comprender situaciones de este tipo como el de este caso, sobre 'disonía focal', para</p>	<p><i>Métodos nuevos y nuevas formas pedagógicas preventivas en los instrumentos musicales</i></p>
--	--	--

98	comprender, no solamente con el objetivo de	
99	hacer música, a como dé lugar, si no, aquella	
100	persona que es quién va hacer que el	
101	instrumento suene, y bien, pueda lograrlo sin	
102	problemas a futuro.	
103	Nuestras instituciones formadoras, no	
104	contemplan, ese tipo de preparación	
105	preventiva, así como en las escuelas	
106	formadoras de educadores, ni pedagógicos, ni	
107	universidades, no dan este pequeño detalle,	
108	como por ejemplo; el uso de la voz. Y cuando	
109	se va al Ipasme, las causas de las cuales se le	
110	incapacita a un docente, es por la voz, por los	
111	nervios, y problemas cardiacos, esos son los	
112	picos precisamente, los puntos álgidos que	
113	llevan al docente a incapacitarse.	
114	Entonces en conclusión, si tuviéramos las	
115	herramientas necesarias en este sentido	
116	preventivo, pudiéramos a bordar el método,	
117	con prevención, o, ser más vigilante del uso al	
118	método, la forma de abordar las ejecuciones	
119	teóricas de las mismas, y sobre todo, como	
120	ponderación, una sana salud psicológica.	

**Fuente: García (2019)**

#### **Cuadro 4. Entrevista Informante 3. Leonardo Lozano**

Fecha: 25 de Octubre de 2018

Lugar: Valencia

Profesión: Licenciado en Artes Mención Música, egresado de la Universidad Central de Venezuela.

Profesor ejecutante de Guitarra Clásica, egresado en el Conservatorio Nacional de Música Juan José Landaeta.

Labora como profesor de Guitarra Clásica, en la Escuela de Música ‘Sebastián Echeverría Lozano’ Valencia – Venezuela

N° L	Texto Entrevista	Categoría
1	Bueno mira, con respecto a la distonía focal, he	<i>Referencia de la Distonía Focal del músico</i>
2	estado atento, no quiero utilizar la palabra	
3	preocupado, he tenido conocimiento de ello,	
4	porque he tenido discípulos muy queridos y	
5	amigos, que han confrontado esta situación.	

6	Y uno de ellos que tocaba hasta la Chacona de	
7	Bach como virtuoso, y otras grandes obras del	
8	más alto relieve técnico guitarrístico,	
9	tristemente está fuera de mi legado, que con	
10	tanto amor vacié en él, y me duele mucho, y es	
11	por la distonía focal del músico.	
12	Someter al cuerpo a un entrenamiento	
13	exhaustivo, se podría presentar un foco	
14	negativo, que podría ser una amenaza de este	
15	tipo. Yo la he sentido particularmente.	
16	Entonces lo que hice fue suspender el	
17	compromiso que tenía en ese momento, dejar	
18	el instrumento a un lado y dejar que mi cuerpo	
19	se recuperara...	
20	Esa fue la percepción que yo tuve, y que tal	
21	vez a lo mejor, no tenía nada. Pero uno los	
22	temores le hacen exacerbar las cosas, yo	
23	pienso que ciertamente si había ahí una	
24	cogestión que si me impedía mover mis dedos	
25	con la libertad acostumbrada, y sencillamente	
26	fui a descansar, la posible enfermedad me	
27	invitaba a pelear pero yo le dije, pelea tu solo.	
28	Así que yo tuve un discípulo que debería estar	
29	aquí por cierto y no está, se le presento algo	
30	similar a lo que me sucedió, y yo le prohibí por	
31	dos semanas que no agarrara el instrumento, le	
32	pareció muy raro, porque normalmente le exijo	
33	mucho trabajo, y desde este momento la orden	
34	es, que descansara, y que dejara igual el	
35	cigarrillo por el mismo tiempo, ya que era	
36	fumador, porque considero que los dedos	
37	necesitan oxigeno fresco desde los pulmones, y	
38	bueno, dio resultado.... A lo mejor yo no	
39	puedo decir científicamente si él tenía esa	
40	amenaza, ni siquiera lo puedo decir en el caso	
41	mío, lo cierto que lo que yo tenía se me quito,	
42	y lo que él tenía se le quito.	
43		
44	Yo creo que ese problema, es el resultado del	
45	complot que hay entre las ambiciones propias,	
46	el excesivo trabajo, y la falta de sentido común.	
47	Yo cuando era muy joven me hice un	

<p>48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89</p>	<p>planteamiento, y me decía que si iba a subir una cima tan alta como la música, mientras menos peso lleve en la espalda, más probabilidades tenía de llegar, y ese peso en la espalda, no son si no, las ambiciones de uno, cuando las ambiciones son demasiadas desmedidas, no puedes llegar tan alto porque es mucho peso. Cuando joven Me di cuenta de este detalle, y dije, “el peso no es bueno”,... hay que trabajar pero sin el peso de las ambiciones, porque son en sí una trampa. Francamente hermano, como no lo he sufrido, no sé. Pero independientemente de los resultados que arrojen los estudios sobre la distonía focal, el planteamiento de la técnica, de la biomecánica o fisiomecánica como también se le llama, es una necesidad que gira en torno al asunto de la salud y en este caso al músico. Por ejemplo, cuando quieres tocar bien una pieza, comienzas a ejercitarte en tocar por muchas horas, y en ese momento no siempre se piensa en lo ergonómico, no siempre se piensa en lo natural, en tratar de abarcar una técnica correcta, si no que al contrario, pareciera que son las mañas las primeras que surgen. Es allí donde debe entrar la conciencia del docente referente a los peligros y problemas que se puedan presentar, y la manera de transmitir la técnica adecuada, una técnica que sea económica en esfuerzo, en el espacio y desplazamiento en el instrumento que se estudia, una técnica que disminuya los movimientos innecesarios, y que faciliten al logro de los objetivos... Yo pienso que al cuerpo hay que aprender a darle ordenes razonables, hay que exigirle en unas condiciones en que el cuerpo pueda dar el sí de lo mejor, hay que tenerlo alimentado. Pienso yo que esto, lo de la técnica, lo he llevado hasta el estudio de la alimentación. Resulta que la respuesta de los dedos, tienen</p>	<p><i>Solventar la Distonía Focal del Músico en la Educación</i></p> <p><i>Métodos nuevos y nuevas</i></p>
--	---	--

90	que ver mucho con el consumo de glucógeno,	<i>formas pedagógicas preventivas en los instrumentos musicales</i>
91	entonces una ingesta moderada de cambure,	
92	antes de un concierto es estupendo, porque la	
93	respuesta de los dedos, se te aceleran, por las	
94	cuestiones del glucógeno...	
95	Está el caso de un flautista, el caso de un	
96	famoso guitarrista, que al recuperarse, toca en	
97	estos tiempos mejor que yo, y yo no he sufrido	
98	de eso. Es un guitarrista virtuoso, así que estas	
99	son luces que da la esperanza.	
100	A lo mejor el camino de recuperación no fue	
101	fácil, pero es que tampoco es fácil el camino	
102	del arte.	
103	Yo he tomado la guitarra, el cuatro y la música,	
104	casi como la base de mi aprendizaje de vida,	
105	todo lo que he aprendido de ella, es aplicable a	
106	la vida muchas veces. Y retomando el tema, la	
107	economía del movimiento, eso es lo que yo le	
108	digo a los muchachos que cuando se hace un	
109	esfuerzo mayor, llevarlo al mínimo necesario,	
110	porque el exceso viene en contra de uno, bueno	
111	un día de esos, me di cuenta, que así sería igual	
112	cuando se trata a las personas, como en decir	
113	algo, que no requería de tantas palabras, o sea,	
114	que aplicando mucha fuerza, el exceso se viene	
115	en contra de ti luego, es mejor, Prevenir que	
116	lamentar...	

**Fuente: García (2019)**

### **Resumen de las Entrevistas Obtenidas Entre la Opinión Médica y del Magisterio Musical en Relación a la Disonía Focal del Músico**

En la información obtenida a través de los entrevistados en relación a la ‘Disonía focal del músico’, se basó en una comparativa dinámica en tres personeros profesionales en sus ramas correspondientes, en sus opiniones y experiencias propias en relación al problema analizado. La primera opinión, relacionada desde el campo de la medicina, ésta, direccionada al estudio de la ‘Psi’ humana, campo donde se

involucran los procesos de neurolingüísticas y procesos del sistema nervioso central, que si bien, son los motores encargados de las múltiples e infinitas expresiones humanas conscientes e inconscientemente, donde se embarca la comunicación en todos sus ámbitos, la salud, la enfermedad, el desgaste de las emociones o recuperación del mismo. La segunda opinión, desde una óptica pedagógica, basada en la reflexión y momentos históricos personales, como también en métodos relacionados a la música en su fundamento técnico en un instrumento musical, elementos preventivos por otra parte.

La Tercera opinión, desde una óptica igualmente pedagógica, pero con el agregado de expresiones virtuosas que, para que éstas se den, debe saberse un conglomerado de técnicas sobre un instrumento musical para su expresión, ligados éstos; a emociones, gustos propios, lírica, visión filosófica de lo que se hace y se siente, entre otros prospectos a la dinámica del Virtuosismo, e incluso, donde se reseñó aspectos de la biomecánica, la cual es una ciencia que enseña, de cómo se relaciona el movimiento físico de manera paralela en las partes digitales del cuerpo, y en general, lo que se debe o no en los movimientos o esfuerzos del cuerpo humano, de manera antropomorfa, en este caso, aplicado al instrumento musical en estudio, para evitar posibles defecciones físicas en el movimiento, y conseguir una fácil interpretación ergonómica en el instrumento musical.

Esta participación de ideas e intereses y, con algún punto de curiosidad, en lo que ha sido, estas entrevistas, fueron muy importantes para esta ‘Tesis’ presente, relacionada ésta, a un problema físico que va apareciendo de forma invisible e inconsciente, cuando los procesos técnicos en un instrumento musical, o en algún otro proceso funcional basado en el movimiento físico, se están ejecutando mal, o sencillamente, se sufre de grandes cargas psicológicas negativas, productos de traumas y estrés, donde no se le da la atención debida, aún dentro del respeto que se tengan a las normativas técnicas que se han dictado en el proceso del aprendizaje en

un instrumento musical, para lograr destrezas, lírica, armonía, en interpretaciones musicales bien hechas, y que aún así, sucede algo negativo, que no está enfocado en las normativas tradicionales técnicas que quedaron como estándares, en los métodos, tanto modernos, como de antaño, porque esos sucesos negativos, se encuentran en la 'Psi' del individuo, y no están reseñados en los métodos tradicionales estándar, para el estudio de un instrumento musical,.

Pero si es muy cierto que hay métodos pedagógicos, e incluso de antaño, que si reseñan posibles problemas físicos al estudiante, si no se toman las medidas pertinentes para el caso, pero hasta ahí,...

Todo lo que se habló en esta entrevista y concluyéndose al respecto sobre el problema analizado, es que se debe tener en cuenta: El raciocinio de lo que se hace en materia de esfuerzo físico e incluso emocional en las técnicas que se ejercen sobre un instrumento musical, economizar esfuerzos físicos, tener una visión de la meta como algo placentero sin objetar ambiciones personales, que muchas veces rayan en la fantasía individual, tener amor propio y consideración de sí mismo, ser feliz, reconocer lo que se puede, y lo no que no puede, saber aceptar las condiciones que llegan gusten o no de algo social o personal, ser conforme pero inciso en hacer las cosas bien, pero siempre en el plano de la felicidad, o por lo menos paz con el entorno...

### **Diagnóstico de la Disonía Focal en la Educación Musical que Pudiera Estar Presente en el Aprendizaje Musical del Ejecutante**

Desde la observación y la experiencia propia, desde los resultados obtenidos de entrevistas a profesionales en sus respectivas materias, y ya tratadas éstas, con anterioridad en lo que respecta a la disonía focal del músico, por autores y científicos de primera línea en el mundo de la ciencia. El *Diagnostico* estaría basado en saber

interpretar los signos de tensión física que ejerce el ejecutante, *sobre su instrumento musical en este caso*. **a)** Si es sobre dimensionado el esfuerzo natural o no sobre el instrumento musical o equipo, y si hay esfuerzos desmedidos prolongados, eso se debe a una carga psicológica negativa, no tratada. **b)** La tardanza del tiempo de trayectoria pautada para avanzar, en la que debe conseguirse por naturaleza el avance, *según el método, práctica, y la dirección correcta del profesor*, la destreza deseada.

Si en el proceso de aprendizaje, no se manifiesta el objetivo deseado, cuando se es llevado de manera correcta todo lo referente a la técnica y lo que sería la comprensión del instrumento musical, como su conocimiento y su correcto estado de construcción física y ergonómica para su ejecución física, y respuesta sonora. Pero persiste el interés en el estudiante de manera ‘forzada’, hiperactivamente o no, ya que el docente en música, debe ser sobre todo un individuo observador, analista, ser sensible al tacto visual de lo que podría ser o no en un estudiante, pero con todo y eso, su estudiante no llega al objetivo, ahí podría presentarse una sospecha de algo físico o psicológico del estudiante, que el Docente en música debe estar en alerta para atender.

Entonces ahí estaría presentándose varios factores a tratar por el docente, **a)** si el estudiante sufre de algún motivo extraordinario paralelo a su interés de aprendizaje. **b)** si está haciendo correctamente sus ejercicios, manteniendo su postura físicamente correcta al instrumento musical, pero tiene algún defecto físico en sus extremidades superiores o inferiores, (*dependiendo de qué instrumento musical se esté estudiando*). Lo cual sería un indicativo de sobre tensión psicológica por un lado, más un problema biomecánico imperceptible a la vista, entonces de ahí, se podría concluir o aseverar por el docente en música, que ocurre un problema extraordinario fuera del ejercicio establecido de manera estándar y protocolar en el instrumento musical.

## **Principales problemas de la distonía focal del músico presente en la Actividad productiva musical**

Los problemas que se establecen en esta ‘condición’ psiconeuronal, están sujetos al esfuerzo considerable de ejecución sobre el instrumento musical, sin obtener los resultados deseados en los plazos establecidos naturalmente, y eso se debe por cargas psicológicas, y no quedan sujetos en la técnica, ni siquiera funcionalmente en el estudiante, sería como que si no lo hubiese practicado nunca, después de haberlo practicado por horas, semanas y años. Trayendo como consecuencia en la conciencia del estudiante o profesional afectado, emociones de frustración, depresión severa, aislamiento social inconsciente.

Interpretando estos resultados según opiniones profesionales al respecto desde el campo psicológico, se debería de aplicar la norma de la ‘Compresión’ o sea, comprender la situación, y no de la incomprensión sujeta a críticas urbanas o folcloristas, competitivas, y dejar de crearse en los docentes o directores de orquestas, ‘supuestos’ de que el estudiante o profesional, está llamando la atención para manipular un proceso afectivo o efectivo para lograr un núcleo social, ya sea bajo el supuesto de llamar la atención, o lograr una dirección de atención donde el individuo podría ser importante. Pues, la situación de este tipo de problema en realidad se sujeta en un proceso muy doloroso y verdaderamente dramático para el que lo padece.

Esto debe ser atendido claramente por el docente en música o el director de orquestas, adaptándose y dando crédito a los efectos negativos que sufre el afectado, y creer que los miedos, el sobre esfuerzo y el estrés, producen en este caso al estudiante músico, o profesional, esta condición paralizante, y tratar de ayudarlo, alentándolo a aliviar su aprendizaje y ejercicios, y procurar que el estudiante o músico pueda tener un reposo por un cierto y determinado tiempo, apoyándolo y haciéndole sentir afecto personal, y que se someta a una intervención médica y

psicológica al respecto. Que el docente en música deba pues invitar a sus estudiantes, a practicar de manera ‘razonada’ sus respectivas técnicas objetivas.

### **Técnicas para el mejoramiento de la distonía focal en el ejecutante, Para la educación musical**

Uno de los procesos más importantes para recuperar el ‘Movimiento’ perdido en algunos de los miembros del cuerpo, involucrado éste o estos, como motor de su técnica instrumental musical, ya sea por el olvido inconsciente por años, en una posición corporal o digital al respecto que era necesario, por causa de estrés negativo y emociones dirigido a lo material y no a los sentimientos, o por exceso de fuerza involucrando el tono muscular negativamente consciente o no, es ante todo un proceso de trabajo ‘Psicológico’ de autogestión, sobre todo y lo más importante, saber vaciar la carga psicológica negativa en cada movimiento y esfuerzo natural sobre el instrumento musical, trabajar desde la mente las emociones faltantes o excesivas que podrían haber conllevado a la condición distónica.

- a) De ser autoconsciente de sí mismo en sus movimientos técnicos sobre su instrumento musical, posición digital, corporal, saber y sentir el tipo de volumen de esfuerzo a la que se somete físicamente, ser auto consciente del estrés o placer que se podría producir al hacer dicho esfuerzo excesivo o no, reposar por un cierto tiempo, o dejar de tocar el instrumento musical por un cierto tiempo prolongado, solo haciendo apologías de las emociones hacia la música y su instrumento musical, con el objeto de lograr establecer un contacto más espiritual y humano sobre su quehacer musical en la sociedad como trabajo y entretenimiento, más que técnico, natural, menos mecánico, dejar perseguir metas competitivas, comprender que la Música es ‘Literatura’, hacer el esfuerzo de entender que la música es una comunicación no verbal sonora, sujetas a emociones sublimes y casi telepáticas hacia él escucha, y no

un proceso deportivo u olímpico para sorprender en sentido de circo o espectáculos.

- b)** Si se sufre de la distonía focal del músico, someterse a terapia de relajación y de auto reconocimiento de que es lo que se persigue con la actividad musical bajo un proceso espiritual si se quiere, ese sería el objetivo principal de la música. Y seguir una línea de ejercicios nuevos, para desaprender y reaprender, esto por supuesto en sentido figurado, para ser entendido como esquema a seguir, ya que en el mundo de las neuronas en el proceso de aprendizaje, no se desaprende o se borra algún movimiento aprendido con anterioridad, si no que se procede un rescribir sobre lo escrito, o aprender de nuevo un esquema sobre lo ya aprendido, pero de manera consciente bajo relajación psicológica, aquello que se fue modificando con el error técnico, o las presiones nerviosas o estrés de forma inconsciente.
- c)** Tratar de observar bien, sentir fijamente cual parte del miembro relacionado a la técnica instrumental falla al movimiento, y lograr establecer como falla, de manera autogestiva, hacer auto consciencia sobre ello y lograr controlarlo en su movimiento y tono muscular, de una manera no forzada, dejándose llevar por la relajación del miembro afectado y moviéndolo relajadamente, manteniendo un enfoque fijo, visual y mental en una estructura sensorial cenestésica.

## El Enfoque Mental

*(Manteniendo el movimiento correcto del miembro afectado, mentalmente visualizado, bajo un proceso cenestésico)*

- a) Una vez conseguido el proceso de auto observación, en este caso hacia el miembro en su movimiento afectado, y lograr dentro de la praxis, un ‘Enfoque’



**Ilustración 2.** ‘Férula de posición’ para contrarrestar la contracción involuntaria del dedo anular mano derecha, en el Clarinete



**Ilustración 3.** ‘Almohadilla anti presión’ para contrarrestar la contracción involuntaria del dedo meñique bajo engaño sensorio, mano izquierda, en el Clarinete

mental, la cual el enfoque significa, en ejecutar el movimiento perdido lentamente en conjunto con el pensamiento (*proceso imaginario*), es decir, visualizado mentalmente el miembro afectado, sostenido en el movimiento correcto, en su altura y tono muscular natural ‘desde un sentido sensorio consciente’, - *un proceso de visualización mental y físico a la vez, de manera consciente* - , conteniendo el miembro, (*que en mi caso, para mis manos, fueron de utilidad unas férulas de mi invención*) como en las imágenes correspondientes ya expuestas.

Con la ayuda de las férulas, (*en este caso de mi propia invención*), hechas al cálculo de posición regular del dedo anular mano derecha, con caída sin esfuerzo excesivo al agarre natural, en estado relajado, como se muestra en

la primera ilustración, se puede lograr estabilizar el movimiento de los miembros afectados con el paso del tiempo.

En la ilustración número 1, muestro el caso del dedo anular mano derecha con el aparato, con el objeto de mantenerlo en estado relajado y contrarrestando las Fasciculaciones involuntarias del dedo anular, casi como de manera *'ortopédica'* al movimiento irregular, donde su base de control correctivo, es la mente en enfoque visual e imaginario, aprovechando en ejecutar, los ejercicios ya estudiados y dominados anteriormente, como desaprendiendo el defecto y reaprendiendo a la vez, pero reaprendiendo sin el *'defecto ya captado y sensibilizado'*.

Las férulas como las que se muestran en las imágenes, ayudan a mantener el dedo estable, en este caso del dedo anular mano derecha,... en la ilustración número 2, muestro una *'Almohadilla anti presión'* del pulgar mano derecha (*también de mi invención*), colocada en el dedo meñique mano izquierda, la cual es el dedo que se contrae involuntariamente hacia abajo, en dirección a la palma de la mano, al hacerse esfuerzo con el dedo anular y medio al movimiento de agarre. En dicha mano, esta colocación de la almohadilla en el dedo meñique, es el más interesante, porque la contracción involuntaria, no se manifiesta, el *'Cerebro'* está cuidando que la almohadilla no se caiga del meñique, olvidando por un lapso de tiempo, la de *'rebeldía'* por entenderlo así, de contraer el meñique hacia abajo en dirección a la palma de la mano.

Aquí es donde se aprovecha en memorizar la sensación de libertad con la imaginación, libertad que se siente en el movimiento de la mano izquierda en ese lapso de tiempo, y antes de que el cerebro se dé cuenta que es una trampa, y así de esa manera se hace uso de esa sensación sentida y grabada en

la mente, y la posición grabada de la misma mano, desde la imaginación,... de esa forma de manera holística, se ‘desaprende y se reaprende’. Este es el esquema de la terapia que se podría llevar a cabo desde la educación, si por casualidad algún estudiante pueda de repente desarrollar este mal, que por lo general, es un problema si bien, raro, y se manifiesta de manera minoritaria, pero muy importante.

### **Relato de Vida: Experiencia Personal (Resumen)**

Desde mi experiencia particular, en relación a la distonía focal del músico, es que yo empecé a sufrirla desde hace varios años atrás, y no me percataba de mi problemática, asumiendo mis dolores físicos, como parte de la técnica, y la falta de progresos técnicos, como la falta de ejercicios, que si bien, toda mi vida como profesional de la música, practicaba entonces de forma continua las técnicas, pues mis interpretaciones musicales, eran mi medio de supervivencia, eran mi oficio.

Ahora eso de que las técnicas de los instrumentos musicales que normalmente uso, y comprendiendo dolores físicos, como resultado de la técnica, entendiendo el poco progreso fraseísticos, como falta de ejercicios técnicos, eran un verdadero avistamiento de ignorancia y craso error de entender así, mi situación instrumental musical. Pues no estaban estos problemas reseñados en los métodos, y mis maestros, daban visto bueno a mis técnicas digitales, porque todo estaba de manera correcta. Como he dicho antes, en estos escritos, los problemas del movimiento que se puedan suscitar en un instrumento musical, una vez después de hacer bien las cosas técnicas y reflexionadas, estar claro que sí, que se hicieron bien las practicas, y resulta que se manifiesta un problema relacionado al movimiento digital, y que los dolores y la falta de progreso, no eran más que el manifiesto de entumecimiento de mis manos en momentos determinados, que no lograba ver ni entender, y que solo fueron vistas y entendidas bajo terapias psicológicas que se me estaban aplicando por otras causas,

era porque me venía el problema, por medio de un proceso psiconeurológico, y que me tensaban más de la cuenta de manera inconsciente, el tono muscular de mis manos al practicar los ejercicios técnicos.

Esta es la importancia de este Trabajo Especial de Grado, como lectura preventiva hacia la Educación musical y sus técnicas,...

Con el paso del tiempo y con la ayuda de lo aprendido en un curso de psicología utilitaria, comencé ayudarme, y así empezó mi viaje hacia mi interior, invisible a la vista, para poder rescatar mi carrera musical, y pude recuperar mis ejecuciones musicales y recuperar los movimientos de mis manos que en aquel caso, de un 100% de movimiento, había perdido un 60% de movimiento y no me daba cuenta, se me aplicó cirugía en el túnel carpo de mi mano derecha, y con lo practicado en el estatus psicológico, basándome en el ‘desaprender’ y reaprender, uso del espejo y enfoque, uso de férulas en mis dedos según posición, etc. Pude recuperar un 40% de movimiento, al 60% que había perdido... si bien, basándome en este cálculo empírico, me faltaría un 20% a recuperar,..

Sin embargo tuve una recuperación muy lenta, en relación a clínicas existentes en otros países como en España, como en Colombia, y el resto de Europa, donde los afectados se recuperan a un 100% y hasta mejor, en tan solo dos o tres años. Es bien sabido que aquí en Venezuela por ahora, no existe una clínica especializada en estos problemas que atañen al músico. Si bien, me he auto recuperado mucho, a pesar de las vicisitudes que me rodean, y me es interesante esta materia descubierta por así decirlo, porque he aprendido más, y me ha desarrollado más como persona, estar más autoconsciente de lo invisible en mí, sobre la psiquis humana y su relación real con la neurolingüística, con lo neuro – psicomotor, y de las cuales puedo usar con propiedad, desde el magisterio musical a futuro,...

Como interpretación final a este capítulo, he entendido que las metas para conseguirse desde el campo musical, campo que escogí para desarrollar mi vida en la

sociedad, sea como intérprete, compositor, director, profesor, o sencillamente un trabajador del entretenimiento, como también se le suele decir a la música desde la perspectiva del marketing, y usando este símil popular, para dar una idea a lo que quiero decir, es que, *“para escalar una gran montaña, ésta de grandes alturas, y llegar a su pico, hay que despojarse de todo peso y llevar solo lo necesario”* esto me da un recordatorio que muchas veces, como en algunas fantasías negativas, parecidas a las positivas, que suelen camuflarse con la realidad, la ambición desmedida, las pasiones no controladas, llevan a muchos individuos a quedarse en el camino de sus metas, y terminan estos creyéndose víctimas de victimarios, cuando los victimarios reales, fueron ellos, hacia ellos mismos,...

La educación es la ciencia filosófica para enseñar y aprender, comprender y mediar sobre lo que se puede y no se puede, desde el bien o desde el mal, pues una vez a sabiendas de todas las cosas que se puedan conllevar en esta vida para el propio desarrollo espiritual y material, comprendido bien todo lo que se deba comprender bien, de forma educativa, saber dirigir de manera pedagógica a los inocentes, enseñar a los que no saben para que aprendan hacer.

Todo lo demás quedara, ya sea para superarse, o sencillamente para dar una prevención educativa al respecto de algo importante que podría hacer daño de manera inocente, saber señalar las malas praxis enseñadas por aquellos irresponsables que no respetan las normas de lo que se establece para aprender, por ambición de tener más de lo que ya tienen, el exceso de esfuerzos sin mediar o estar consciente de la realidad física que se tiene, o presta, si se está en disposición o no para tal sentido a estudiar o ejercer o ejecutar acciones de vida importantes y comprometedoras, tras algún motivo como meta, o sencillamente más por ambición, o desespero por temor de no aprovechar el momento o la ocasión que se pueda presentar, es la fuente de ésta, mi presente tesis... sobre, “Es mejor prevenir, que lamentar”...

## CAPITULO V

### REFLEXIONES DE LOS RESULTADOS

Bajo esta premisa que se evoca en esta tesis, sobre la distonía focal del músico, se pretende de manera sencilla y humilde, reseñar la existencia de este flagelo invisible que no tiene edad para manifestarse, ni horas, ni días, ni semanas, ni años, ni tiempo, si no que aparece como ‘ladrón en la noche’,.. Y la mejor manera de evitarla, es usar todos los medios informativos existentes modernos, en la web, leer sobre el tema, y vigilarse sobre todo así mismo, vigilar de cómo las emociones y tensiones musculares bajo el estrés, se manifiestan en nosotros los músicos y en qué momento en nuestras ejecuciones musicales se presentan, para con el objeto de prever fallas de fraseos de ejecución, dolores físicos digitales, mala posturas físicas, y sobre todo, y quizás la más importante, evitar la ‘distonía focal del músico’ a futuro.

Desde mi experiencia particular, por ser un músico que cayó en la distonía focal, y que no sabía, que era, y que gracias al conocimiento, y a la educación que tuve de cómo entender mi cuerpo, desde mis 5 sentidos de manera consciente, en un curso de psicología utilitaria de hace ya, 8 años atrás, logré descubrir las señales de un problema distónico que ya tenía desde mucho antes, y que no sabría, en que tiempo de mi vida ubicarlo, cuando me comenzó, y como se formó, el cual era lo que me generaba dolor físico muy fuerte, y pensaba que ese dolor era natural...

Lo que hago como persona natural, jurídica y social hoy en día, es auto observarme, sentirme, analizarme, y me puse en manos a la obra de rescatarme, de no darme por vencido, de ver y sentir de que se trata y tengo, y llevando siempre como eslogan filosófico, la idea, de “que el cuerpo se recupera así mismo porque es atómico y nuclear” así como la naturaleza se recupera así misma ante los embates

cósmicos. Así que, ejecutando la norma, logré una cierta estabilización y auto recuperación al través de mis propios experimentos autogestivos, que no era más, de lo que se hace comúnmente en las clínicas de países del primer mundo, donde se trata, la distonía focal del músico.

Con toda esta situación desesperante, pero a la vez interesante, solo he tenido que re inventar o recrear ciertos artilugios fundamentales para el uso de la auto recuperación del movimiento perdido, que en mi caso, es digital, pero lo recree de manera primitiva, resultando efectivas, utilizando como acopio para esos artilugios ortopédicos caseros, mi propio cuerpo como sensor, usando la cenestesia, que significa sentir profundamente bajo conciencia en mis 5 sentidos, en un más allá, dándome cuenta de todo movimiento fuera de sí en mí, de todo movimiento dentro de mí, dolores, torpezas, sensaciones físicas, que los tenía como imperceptibles a mi vista, a mi tacto, a mi razón. Me di cuenta que perdí por un tiempo importante en mi carrera musical, el placer de sentir libertad física, en cada interpretación esmerada que logre en algún pasado de mi vida musical,... que si me hubiese quedado esperando algún milagro utilitario religioso, en medio de esta distonía focal del músico, no sé qué hubiese pasa en mi vida, y con todo lo que estudie e invertí. Así que es muy importante este dicho apócrifo de Cristo, “Ayúdate que yo te ayudaré”.

Me dirijo a los docentes de artes, a los de música principalmente, que deben aprender psicología utilitaria, procesos mentales básicos en relación a la conducta humana, estudio de la conducta del niño, del adolescente, del adulto, del joven adulto y adulto mayor, entre otros. Para poder así, facilitar más la enseñanza musical desde otra perspectiva, desde otra dinámica, más humana, menos competitiva, vista como el arte que es, dulce, placentero, un proceso feliz y espiritual. ¿Para qué estudiar esto?... pues...

*“se enseñan posturas corporales y posiciones de manos de manera correctas, pero no se enseña a reconocer los pulsos acentuados sobre dimensionados que*

*podieran existir, en el movimiento del musculo fino sobre el instrumento musical, y que a su vez, estos movimientos sobre dimensionados o no, están entrelazados a las emociones, donde se radica el estrés, que pudiera ser negativa o positiva”...*

Y es allí en el fondo del por qué, se producen estos problemas, como la distonía focal, si fue negativo dicho estrés, y como otros problemas menores, pero no menos importante, como el consumo de drogas o alcohol, como aliciente e intento torpe, de escapar de las cargas psicológica negativas, que se tienen como un proceso o efecto natural de la acción musical pública, cuando realmente, no es así, no debería ser así...

Pero vengase el caso como sea, estos estudios anexos de psicología utilitaria que invito a experimentar, o como se le pueda llamar, que puedan estudiar, y anexar a sus pedagogías, se permitirán saber reducir las cargas psicológicas negativas que se aplican de manera inconsciente, a nuestras impresiones musicales, aprender a ver nuestro mundo público de entretenimiento y comunicación, como un campo natural de acción de vida, y no un campo de batallas interior de cada uno de nosotros, donde el desgaste, es la frustración y penas, o quizás, la muerte...

Debo ratificar a la sociedad musical, sobre esta investigación, por lo que en las escuelas de música, debe entenderse esta investigación, como un estudio preventivo, por cada uno de sus docentes en artes musicales, instrumentistas musicales, por todos los licenciados en música, y a los licenciados de educación mención música. Que este flagelo de la distonía focal existe, y que podría estar a la mano de cualquiera, y repito, se da de manera inconsciente, lo cual es mucho más delicado, por lo imperceptible a la vista que es en los primeros movimientos físicos fallidos, y que puede confundirse fácil, y que por falta de ejercicios y demás, todos han caído por ese lado, hasta yo,...

Termino diciendo quizás de manera repetida y tal vez provoque una polémica de ideas, o conjeturas de pensamientos al lector, pero; *“La distonía focal del músico, no es un síndrome, pues para ser un síndrome, debe ser genético, la distonía focal no es una enfermedad, pues, para ser enfermedad, debe haber contaminación de algo, que provoque disfunción de algún sistema cerebral o neuronal, y eso sería otra cosa,... pues, la Distonía Focal del Músico, es una ‘Condición’, y la condición, puede ser y es una adquisición ‘aprendida’ del verbo aprender, un aprendizaje que se lleva a cabo de manera inconsciente en los movimientos físicos, y tensiones corporales, que suelen ser negativas e incorrectas a la biomecánica natural del cuerpo, y se lleva o se queda, como un reflejo corporal, llamado por otro lado, como un reflejo neuroplástico disfuncional, en el cuerpo”*,...

Y como el cerebro no olvida lo aprendido, se debe aprender de nuevo, lo que se olvidó desde el error no visto ni sentido, de lo que deformó el movimiento físico o la estructura física del cuerpo. Así que, la situación de auto recuperación es, ‘aprender de nuevo’ sobre el error, pues no existe el “desaprender” el cerebro no olvida, y se re aprende, con el añadido de las sensaciones emocionales placenteras en sentido inducido, bajo el estar consciente de manera profunda desde los 5 sentidos corporales. Esto es; ‘Neuroplástia’, ¡y existe!!!....

Y si aun así dudan de éste, mi simposio escrito... les dejo esta sincera y honesta recomendación, por si acaso están cerca o lejos de la Distonía Focal del Músico y no lo saben...

- No ejercer esfuerzos sobre el instrumento musical.
- Interpretar la pieza o la lección musical, tratando de sentir liberación emocional desde el placer.
- Hacer movimientos acentuados si se requiere en la técnica en el instrumento musical, relajando cada miembro que lo ejerza, de forma paralela al otro

miembro en sentido serial, vaciando al mismo tiempo, el sentimiento del estrés.

- Sentir la música como una actividad placentera de comunicación natural, como objetivo psicológico.
- Cada docente en música, debe instruirse en biomecánica básica de lo que se hace en su magisterio artístico, se enseñan posturas corporales y posiciones de manos, de forma correcta, pero no se enseña a reconocer los pulsos acentuados sobre dimensionados y negativos que pudieran existir, en las técnicas referentes al movimiento, sobre el musculo fino en el instrumento musical, y que a su vez, estos están entrelazados a las emociones y sensaciones, donde se radica el estrés, que pudiera ser negativos o positivos,...

Fin de la historia, cambio y fuera...

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arias, F. (2012). *El proyecto de Investigación*. Episteme. (6ta. Edición) Venezuela
- Arrate, M (2014), *Análisis de la presencia de dolor y/o trastornos musculoesqueléticos en músicos instrumentistas profesionales*. Trabajo final de grado. Tudela-España.
- Lavignac Albert, (1902) “La Educación Musical” ’ Editorial ‘Ricordi’ (traducción de la 5ta edición, Buenos Aires 1956)
- BurK. I y García D (1992) *Psicología un enfoque actual*. Ediciones INSULA. Caracas
- Dystonia Medical Research Foundation (Fundación para la Investigación Médica de Distonía). (2006). *Dystonia defined (definición: Distonía)*. Tomado de: [http://www.dystonia-foundation.org/pages/dystonia\\_defined/2.php](http://www.dystonia-foundation.org/pages/dystonia_defined/2.php)
- Dugdale. D (2010) *Clínicas Adams*. Madrid España. Tomado de: <https://www.clinicadam.com/salud/5/003296.html>. Día: 24-11-17 Hora 2:00 am
- Farías. J. (2015) *How your movements can heal your brain*. [Grabación en video de la conferencia ofrecida en TEDxNapoli . Napoles. Italia]
- Microsoft ® Encarta ® 2009. © 1993-2008. *Microsoft Corporation*. Reservados todos los derechos.
- Elsevier España S.L (2017) Sociedad Española de Neurología. Tomado de: <http://www.elsevier.es/es-revista-neurologia-295-articulo-distonias-focales-los-musicos-S021348531000263X> . Día: 22-11-17 Hora 2:53 am
- Hernández, Fernández y Batista (2006) *Metodología de la investigación*. Editorial McGraw-Hill interamericana. 4ta edición.
- Instituto Nacional de salud. (2010). Tomado de: [https://espanol.ninds.nih.gov/trastornos/las\\_distonias.htm](https://espanol.ninds.nih.gov/trastornos/las_distonias.htm). Día: 22-11-17 Hora 2:09 am

Koen (2012). *La distonía focal en el músico. Aproximación a la clínica de la patología*. Tomado de: <https://www.efisioterapia.net/articulos/distonia-focal-musico>. Día: 21-11-17. Hora 11:11 pm

National Institute of Neurological Disorders and Stroke (Instituto Nacional de trastornos Neurológicos y apoplejía). (2007). *Dystonias information page (Página de información sobre la distonía* Revisado Tomado de: <http://www.ninds.nih.gov/disorders/dystonias/dystonias.htm>

Palella, S.; Martins, F. (2010). *Metodología de la Investigación Cuantitativa*. Fedupel (3ra. Edición) Venezuela

Tamayo (2003) *El proceso de investigación científica*. Noriega Editores (4ta edición) México

Torres. S (2008) Asociación de lucha contra la distonía en Aragón (ALDA). Tomado de: <http://www.distonia-aragon.org/index.php/CHARLA-PSICOLOGIA-Y-DISTONIA.html>

Vanegas, O (2010) *Lesiones músculo-esqueléticas en pianistas y técnica ergonómica de ejecución*. Tesis previa a la obtención del título de Máster en Pedagogía e Investigación Musical. Cuenca-Ecuador...

Woolfolk, Anita, E. (1990): *PSICOLOGIA EDUCATIVA*, eds. Prentice-Hall, México. Beltran Jesus, Psicología de la Educación, [www.monografias.com](http://www.monografias.com)

[www.Eumed.net](http://www.eumed.net) ‘Enfoque de investigación’  
[http://www.eumed.net/tesisdoctorales/2012/mirm/cualitativo\\_cuantitativo\\_mixto.htm](http://www.eumed.net/tesisdoctorales/2012/mirm/cualitativo_cuantitativo_mixto.htm)

[www.mayoclinic.org](http://www.mayoclinic.org) ‘Distonía’...

[www.distoniadelmusico.com](http://www.distoniadelmusico.com).

[https://es.wikipedia.org/wiki/Ganglios\\_basales](https://es.wikipedia.org/wiki/Ganglios_basales)

International Journal of Psychoanalysis, 85 (2004) 1379 – 1400 NÚMERO 022 2006  
Revista Internacional de Psicoanálisis en Internet