

Análisis de la influencia de la música y la pertenencia al grupo de fans en los síntomas de depresión de mujeres jóvenes desde la triada cognitiva y los errores en el procesamiento de la información. Estudio de caso: Grupo One Direction Colombia

Trabajo de Grado para optar por el título de Psicóloga

Sara Echeverri Cañas

**Asesora
María Camila Pachón Avendaño**

**Unilasallista Corporación Universitaria
Facultad de Ciencias sociales y educación
Psicología
Caldas, Antioquia
2024**

Contenido

Resumen	7
Introducción.....	9
Planteamiento del Problema.....	11
Justificación.....	14
Objetivos	19
Objetivo General	19
Objetivos Específicos.....	19
Marco Teórico	20
Depresión – Síntomas depresivos.....	20
<i>Aaron T. Beck</i>	21
Música y Musicoterapia	27
<i>Tipos de Musicoterapia</i>	29
Grupos de Fans.....	30
<i>Fandom</i>	31
Antecedentes.....	32
Eje 1. Depresión, Música y Musicoterapia.....	32
Eje 2. Música y Grupos de fans.....	36
Eje. 3. Salud Mental y Grupos de Fans.....	38
Metodología	40
Entrevista.....	45
Caso: Grupo de Fans One Direction.....	48
Lineamientos éticos.....	49
<i>Consentimiento informado</i>	49

Protocolo	51
Análisis de datos	53
Conclusión	76
Recomendaciones	78
Referencias	80

Gráficos

Gráfico 1: Triana cognitiva.....	22
---	-----------

Tablas

Tabla 1: Metodología	40
Tabla 2: Inventario de Depresión de Beck	42
Tabla 3: Participantes.....	53

Agradecimiento

Primeramente, quiero agradecerle a mi asesora de trabajo de grado, porque sin su guía no hubiese sido posible culminarlo. Le doy las gracias a mis padres por el apoyo que siempre he recibido por parte de ellos en todos los momentos de mi vida, especialmente durante todo el tiempo en el que he realizado el presente proyecto.

Le agradezco a las participantes y al grupo de fans porque fueron una inspiración para el desarrollo de mi trabajo de grado, sin su entusiasmo por participar no sería posible dar por finalizada esta etapa. Por último, deseo resaltar mi gratitud hacía One Direction, realizando una mención especial a Liam Payne, uno de los integrantes de mi banda favorita quien murió poco antes de culminar este proyecto, pero que escribió gran parte de las canciones que me han inspirado tanto a mi como al grupo de fans que ha participado en la presente investigación.

Resumen

Los síntomas de depresión incluyen principalmente baja autoestima, falta de interés y decaimiento anímico, se destaca que la OMS (2017) afirma que es la principal causa de discapacidad en el mundo, así, el presente estudio tiene como objetivo analizar la influencia de la música y la pertenencia al grupo de fans de One Direction en el control de los síntomas de depresión, tomando como punto de referencia la visión negativa de sí misma, el mundo y el futuro, así como los errores en el procesamiento de la información, términos descritos por Beck (1983, 2005).

Se utilizó una metodología de enfoque mixto, en un nivel exploratorio a partir de un estudio de caso; como técnicas se usó el BDI-2 y la entrevista semiestructura que fue aplicada en 4 mujeres, una de ellas como parte de la prueba piloto.

En los resultados se identificó la eficacia de la música y la pertenencia al grupo de fans para el control de síntomas depresivos en las participantes, al brindar esperanza a futuro, promueve sentimiento de acompañamiento, aumenta la valoración propia y mejora la percepción de las interacciones sociales, junto a la reducción de la sensación de aislamiento.

Se identifica que permitir que las participantes escogieran sus propias canciones, tuvo un impacto significativo en el control de los síntomas, ya que esto aporta en la identificación con las letras de las canciones y las hace sentir comprendidas, promoviendo de esta manera un buen autoconcepto y una forma positiva de ver las experiencias propias.

Palabras clave: Depresión, música, musicoterapia, fans, influencia

Abstract

The symptoms of depression primarily include low self-esteem, lack of interest, and emotional downturn. It is noteworthy that the OMS (2017) states that depression is the leading cause of disability worldwide. The present study aims to analyze the influence of music and belonging to the One Direction fan group in managing depression symptoms, taking as reference the negative views about oneself, the world, and the future, as well as cognitive errors in information processing, as described by Beck (1983, 2005).

A mixed-methods approach was used, with an exploratory level based on a case study. The techniques employed included the BDI-2 and a semi-structured interview, applied to four women, one of whom participated in a pilot test.

The results identified the effectiveness of music and fan group membership in managing depressive symptoms in participants by providing hope for the future, fostering a sense of companionship, enhancing self-worth, and improving the perception of social interactions, along with reducing feelings of isolation.

It was found that allowing participants to choose their own songs had a significant impact on symptom management. This practice contributed to their identification with song lyrics, making them feel understood and, in turn, promoting a positive self-concept and a constructive view of their own experiences.

Keys words: depression, music, music therapy, fans, influence

Introducción

La presente investigación está compuesta por 9 apartados, los cuales comienzan con la exhibición de la problemática, centrada en la exposición de los síntomas de depresión, junto con sus riesgos e impacto que tiene sobre la población femenina. Seguido por la justificación que posee como argumento principal a la OMS (2017), quien afirma que la depresión es la principal causa de discapacidad en el mundo y se analiza la pertinencia de la musicoterapia como tratamiento.

Los objetivos buscan analizar la influencia que posee tanto la música como el grupo de fans en los síntomas depresivos de mujeres, ubicadas en un rango de edad entre 20 a 30 años; sus objetivos específicos se basan en la teoría de Beck (1983, 2005), divididos entre el reconocimiento de los errores en el procesamiento de la información, influencia de la música y la pertenencia del grupo de fans en la visión negativa de si misma, el mundo y el futuro.

Posteriormente, se presenta un marco teórico en el que su principal autor es Beck (1983, 2005) para la categoría de depresión; para el apartado de música y musicoterapia, destacan especialmente los autores (Copland, 2002; Gordoá, 2022; Palacios, 2001; Blasco, 2001 y Bruscia 2006), quienes resaltan la musicoterapia como una herramienta importante en el bienestar del individuo; por último, para el apartado de grupos de fans se encuentra a Jenkins (1992) como autor destacado, quien define el termino de fan y enfatiza en la comunidad que se forma en estos grupos. Se continua con un total de 10 antecedentes, desarrollados en los ejes: depresión, música y musicoterapia; música y grupos de fans; salud mental y grupos de fans.

Se pasa a la metodología como siguiente apartado, en donde se fundamenta la investigación basada en un enfoque mixto, un nivel exploratorio y método de estudio de caso; dentro de las técnicas para obtener la información se utiliza el BDI-2 y la entrevista semiestructurada.

En los resultados lo que se encuentra principalmente es la eficacia de la utilización de la música y la pertenencia al grupo de fans en el control de los síntomas de depresión de las

participantes, brindándoles esperanza a futuro, promoviendo el sentimiento de acompañamiento y aumentando la valoración propia; a la vez que mejora la percepción de sus interacciones, junto a la reducción de la sensación de aislamiento.

Para la sección de conclusión, se enfatiza en lo beneficioso que resultó permitir que las participantes escogieran sus propias canciones, ya que aporta en la identificación y en la comprensión, promoviendo un buen autoconcepto y forma positiva de ver las experiencias propias.

Finalmente, se encuentran las recomendaciones, en donde se sugiere fundamentalmente la profundización en el estudio de la salud mental, la implementación de múltiples sesiones de musicoterapia, explorar posibles rasgos de personalidad límite y asistir a terapia.

Planteamiento del Problema

De acuerdo con diversos autores como Dinis y Bragança (2018), Othman y Ahmad (2019), Cavieres y López (2021) y Retana (2021) la depresión impacta a muchas personas en todo el mundo, lo cual concuerda con Mosquera, Rodríguez y Parra (2022) quienes afirman que esta afecta a más de 280 millones de personas en el mundo. Este trastorno se define por Quintero (2020) como una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas. Alterando así el estado del ánimo, disminuyendo el placer y el interés por las actividades cotidianas. También resulta preocupante que haya un impacto significativo en jóvenes pues como lo menciona Del Cid (2021) pueden llegar a desarrollar una mayor intensidad de este trastorno mental por factores psicosociales, adicionalmente, se ha encontrado que el suicidio es uno de los factores de morbilidad más importante en jóvenes, y que se trata de la segunda causa de muerte en el mundo, de acuerdo con lo descrito por Cañon y Carmona (2018)

En relación con la población con síntomas depresivos, Bustamante y Del Coso (2020) expresan que “tradicionalmente afecta a más mujeres que hombres” (p.3), y a la vez que: “una de cada 5 mujeres será diagnosticada con depresión a lo largo de su vida” (p. 3), mostrando que las mujeres pueden tener una fuerte disposición para sufrir de este trastorno. Entre los síntomas se halla que las mujeres suelen presentar: “baja autoestima, sentimientos de culpa, valoraciones negativas acerca de sí mismas, agitación psicomotora y rumiación” (Londoño et al., 2020, p. 190).

Otra arista del problema hace referencia a las dificultades que presenta la intervención de los síntomas depresivos, tal como lo plantea López (2020):

Aunque hoy en día, hay tratamientos eficaces para la depresión, más de la mitad de los afectados en todo el mundo (y más del 90% en muchos países) no recibe esos tratamientos, debido en gran parte a la falta de una atención eficaz que cuente con recursos de personal sanitario capacitado, al acceso a información para auto detectar los

síntomas y buscar ayuda, a los costos que implica el tratamiento, además de la estigmatización de los trastornos mentales y la evaluación clínica inexacta. (p.13)

En Colombia: “según el último informe de la Encuesta Nacional de Salud Mental (MinSalud, 2015), el 80% de la población encuestada entre los 18 y los 44 años han tenido de 1 a 3 síntomas depresivos” (Naranjo, 2021, p. 5), y esta alta prevalencia de síntomas depresivos en una población joven sugiere la necesidad de abordar no solo los aspectos de la depresión, sino también las condiciones sociales que contribuyen en la aparición y persistencia; a la vez que la falta de acceso a servicios de salud mental de calidad y el estigma asociado a los trastornos mentales en el país.

Respecto a la musicoterapia como alternativa para el tratamiento de la depresión o sus síntomas, Arias (2022) menciona que, aunque esta ha demostrado tener resultados positivos, en el presente se trata de una técnica muy poco utilizada, sin embargo, Naranjo (2022) hace referencia a que algunos estudios han indicado que la musicoterapia no ha mostrado resultados efectivos para el tratamiento de la depresión. En Colombia, según Luna y Vasco (2023), actualmente hay alrededor de 150 profesionales especializados en musicoterapia, y el acceso a esta es principalmente por medio de la consulta privada, haciendo que no todas las personas puedan hacer uso de esta. Con esa cantidad de personas formadas en musicoterapia se muestra que hay mucha necesidad respecto a la salud mental por tantas personas que presentan síntomas depresivos, pero no existe suficientes profesionales capacitados en musicoterapia respecto a la gran demanda de pacientes que podrían beneficiarse de esta.

En síntesis, la depresión es un trastorno mental que impacta a millones de personas en todo el mundo, afectando su calidad de vida y aumentando el riesgo de suicidio, especialmente entre mujeres jóvenes. A pesar de su prevalencia y gravedad, muchos afectados no reciben el tratamiento adecuado debido a barreras como la falta de acceso a atención médica, los costos asociados y la estigmatización de los trastornos mentales. En Colombia, la depresión afecta a una gran parte de la población, y la musicoterapia, aunque prometedora, aún enfrenta obstáculos

en su implementación y acceso generalizado. Es crucial abordar desde la psicología estos desafíos para garantizar que las personas afectadas reciban el apoyo y tratamiento que necesitan para recuperarse y mejorar su bienestar emocional. En este orden de ideas, es importante preguntarse ¿Es pertinente el uso de la música y la pertenencia al grupo de fans de One Direction para el control de los síntomas depresivos en mujeres entre los 20 a los 30 años en el 2024?

Justificación

La presente investigación busca analizar la pertinencia del uso de la música para el control de los síntomas depresivos, destacando la importancia de abordar este trastorno debido a su alta prevalencia y su impacto en individuos, sus familias y comunidades. La población está enfocada en mujeres jóvenes que hacen parte de un grupo de fans, se tomará en cuenta la relevancia que tiene en Colombia, en cuanto a la incidencia de depresión en la población escogida, los desafíos en salud mental, y la importancia cultural y tradicional de la música en el país.

La investigación propuesta busca analizar el efecto de la música en los síntomas de depresión, esto es fundamental ya que según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2017), la depresión es una de las principales causas de discapacidad en todo el mundo. La Universidad Nacional Autónoma de Honduras (2016) menciona que su impacto no se limita solo al individuo afectado, sino que también afecta a sus familias, comunidades y sistemas de atención médica. En este sentido, los beneficiarios de esta investigación implica más que solo a los individuos con depresión, ya que al mejorar los síntomas de esta persona, hay un impacto en el rol que cumple dentro de su familia y que no se convierta en una carga para estos; a la vez, se podría ver beneficiado el rol que cumpla dentro de una comunidad, debido a que hay una persona más que aporte desde su labor a la sociedad, y que cuente con salud mental, dando como resultado un menor gasto en salud pública.

La depresión es un trastorno mental de gran relevancia, que de acuerdo con lo expresado por Del Cid (2021) afecta a personas de todas las edades y géneros. Sin embargo, las mujeres jóvenes, enfrentan desafíos únicos en su lucha contra este trastorno. Resulta importante enfocarse en las mujeres por diferentes variables biológicas, hormonales y sociales que pueden repercutir en la cantidad y la intensidad de síntomas depresivos presentados en ellas, ya que al identificar estos factores es posible desarrollar intervenciones dirigidas a abordar estas

influencias. Al encontrar una herramienta de terapia alternativa se logra el control de los síntomas de depresión que podrían estar experimentando mujeres jóvenes.

Según González, Pineda y Gaxiola (2018), durante la adolescencia y la adultez temprana, se producen una serie de cambios físicos, emocionales y sociales que pueden aumentar la vulnerabilidad a desarrollar depresión. Todos estos cambios que se presentan durante esta etapa de la vida suponen grandes desafíos que muchas veces no se logran controlar, lo que da como resultado tener cierto riesgo de presentar síntomas depresivos en algún momento.

En el contexto colombiano, según Gómez, et al (2004) se ve que el país enfrenta un aumento en las tasas de depresión, especialmente entre la población joven y en las mujeres; la atención a este tema es crucial para abordar esta tendencia preocupante y prevenir su crecimiento. Además, en acuerdo con Rojas, Castaño y Restrepo (2018) al hablar de depresión, síntomas depresivos, y otros problemas de salud mental en general, se destaca la necesidad de mejorar el acceso a servicios de salud mental y reducir la desigualdad en la atención. En Colombia, es importante prestar atención a la depresión, ya que es un trastorno que se da mucho en mujeres y en jóvenes, que, además, tomando en cuenta que no toda la población puede acceder a los diferentes servicios de salud mental, ya sea un psicólogo o psiquiatra; actualmente es complicado poder tratar a todas las personas, y que estas puedan tener una mejoría o un control de síntomas que les permita vivir con normalidad. Tomando en cuenta lo anterior, la presente investigación ayudará a abordar el creciente problema de la depresión, especialmente entre la población joven y las mujeres. Además de ofrecer otra forma de tratamiento no tan explorada anteriormente, que podrían facilitar el acceso a la salud mental dentro del país, generando condiciones de equidad y justicia.

Por otra parte, resulta relevante que la población escogida se trate de mujeres que hacen parte de una comunidad de fans debido a que su principal afición es el gusto musical, y pueden llegar a tener una influencia en el estado del ánimo por medio de la música, como explica el autor Quintero (2020) el cual, desde su experiencia personal ha conectado con las obras melancólicas

ya que se puede identificar con esto, y a la vez se ha sentido atraído por los mensajes de esperanza que ha encontrado en algunas canciones, los cuales le han servido como un motivador para salir adelante con su trastorno mental.

Entonces, esto puede generar impacto a la hora de experimentar todos los síntomas característicos de la depresión, ya que

La experiencia con la música y su capacidad de soporte, acompañamiento y transformación emocional, social, física y espiritual es intrínseca al ser humano y más especialmente a la población joven, quienes están conectados con la música en casi todos los procesos relativos a la vida cotidiana de manera omnipresente, aportando emotividad, contención emocional, distracción de las situaciones angustiantes, y proporcionando identidad, entre otras (Gordoa, Torres, Campo, Montoya y Santander, 2022, p. 81)

Así mismo, Naranjo (2022) hace referencia a que la música ha sido reconocida como una herramienta poderosa para influir en el estado de ánimo y las emociones de las personas. En momentos de angustia emocional, la música puede ofrecer consuelo, proporcionar una vía de escape y fomentar la conexión interpersonal. La musicoterapia no solo se centra en el tratamiento de trastornos específicos, sino que tal como lo menciona López (2012) también facilita la expresión del mundo interno de la persona, a fomentar la expresión creativa y la resolución de conflictos emocionales, razón por la cual, investigar sobre la musicoterapia permite reconocer su papel en la promoción de la salud mental y el bienestar emocional en diversas poblaciones y contextos. Al integrar la música como una herramienta terapéutica efectiva, se amplían las opciones de tratamiento y se ofrece una forma innovadora de abordar los desafíos emocionales y psicológicos que enfrentan las personas en su vida diaria.

Para Colombia, la musicoterapia es importante ya que se trata de un país conocido por su rica y diversa tradición musical, que abarca una amplia gama de géneros y estilos. De acuerdo con Barbosa y Salgado (2023) la música tiene una profunda importancia cultural y emocional en

la vida cotidiana de los colombianos, lo que hace que la musicoterapia sea especialmente relevante y accesible en este contexto. Además de esto el país enfrenta desafíos significativos en cuanto a la salud mental de su población, incluida una alta prevalencia de trastornos mentales como la depresión, la ansiedad y el estrés postraumático, y la musicoterapia ofrece una herramienta adicional para abordar estas necesidades de salud mental y complementar las intervenciones terapéuticas existentes. Integrar la musicoterapia en los programas de salud mental de Colombia podría contribuir significativamente a mejorar el bienestar emocional y psicológico de la población.

Desde la psicología es importante estudiar sobre ese trastorno, ya que de acuerdo con Pérez y García (2001), los profesionales de esta área trabajan en educar a las personas sobre los síntomas de la depresión, los factores que contribuyen a su desarrollo y las opciones de tratamiento disponibles. Al hacerlo, ayudan a fomentar un entorno más comprensivo y solidario para aquellos que viven con depresión o con síntomas asociados a esta, además de ofrecer diferentes opciones de tratamiento como: la terapia cognitivo-conductual (TCC), la terapia interpersonal (TIP) y la terapia de aceptación y compromiso (ACT), en conjunto con un psiquiatra tratamientos farmacológicos, como los antidepresivos. Los profesionales de la psicología realizan investigaciones para evaluar la eficacia de estos tratamientos y adaptarlos a las necesidades individuales de los pacientes; al tener una comprensión mayor de los síntomas de la depresión, los factores que la desencadenan y las opciones de tratamiento disponibles, permite crear un entorno más comprensivo y solidario para quienes la padecen.

En la psicología la musicoterapia puede ser una de las muchas opciones que existen para tratar a los pacientes, y ofrecerles ayuda referente a los diferentes trastornos o problemas por los que una persona podría acercarse en primer lugar a donde un psicólogo; como menciona Villareal (2019) la musicoterapia puede ofrecer gran cantidad de beneficios como: ayudar a establecer y fortalecer la relación terapéutica entre el paciente y el terapeuta, al compartir y explorar la música juntos, se pueden construir vínculos de confianza y empatía, lo que facilita un

ambiente terapéutico seguro y colaborativo ya que la musicoterapia proporciona a los pacientes una forma alternativa de expresar sus sentimientos y experiencias.

García, López y Sevilla (2020) hacen referencia a que, en la musicoterapia, los terapeutas pueden utilizar la música para su beneficio, de manera estratégica para ayudar a los pacientes a regular sus emociones, ya sea calmando la ansiedad, canalizando la ira o elevando el ánimo, esto puede ser especialmente beneficioso para personas que luchan con la regulación emocional. La musicoterapia proporciona una forma única y efectiva de intervención que puede complementar otras modalidades terapéuticas y llegar a personas que pueden no responder tan bien a enfoques más tradicionales. Con base a esto, se podría decir que, el uso de la música en los espacios terapéuticos es una buena adición que, en muchos casos, puede traer consigo grandes beneficios a la hora de tratar diferentes problemas emocionales por los que podría estar consultando algún paciente. Se considera necesario investigar si su nivel de efectividad puede variar en una población de mujeres que hacen parte de un grupo de fans, y si el hecho de tener una pasión por la música influye en cómo estas perciben este tipo de tratamiento.

En conclusión, la investigación propuesta está centrada en el control de los síntomas depresivos, por medio de la musicoterapia como una estrategia de tratamiento e intervención, pues se reconocen las afectaciones de dicho trastorno en la sociedad, desde un nivel individual hasta un nivel comunitario. Al enfocarse en las mujeres jóvenes, se busca validar su experiencia y, además, se pretende hacer uso de la musicoterapia para observar su pertinencia y efectividad en la reducción de los síntomas de depresión aportando de esta manera al posicionamiento de estrategias alternativas de intervención.

Objetivos

Objetivo General

Analizar la influencia de la música y la pertenencia al grupo de fans de One Direction Colombia en los síntomas depresivos de mujeres entre los 20 y los 30 años en el 2024.

Objetivos Específicos

1. Reconocer los errores en el procesamiento de la información en mujeres entre 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia en el 2024.
2. Explorar la influencia de la música y la pertenencia al grupo de fans de One Direction Colombia en la visión negativa del sí mismo de mujeres entre 20 y 30 años en el 2024.
3. Identificar la influencia de la música y la pertenencia al grupo de fans de One Direction Colombia en la visión negativa acerca del mundo, en mujeres entre 20 y 30 años en el 2024.
4. Examinar acerca de los síntomas relacionados con la visión negativa del futuro en mujeres entre 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia en el 2024.

Marco Teórico

Depresión – Síntomas depresivos

Según el DSM-5 (APA, 2013, p. 105) la depresión se define como un trastorno del estado de ánimo que se caracteriza por una tristeza persistente y una pérdida de interés o placer en actividades cotidianas. Para cumplir con los criterios diagnósticos de un episodio depresivo mayor, una persona debe experimentar al menos cinco de los siguientes síntomas durante un período de dos semanas, y al menos uno de los síntomas debe ser un estado de ánimo deprimido o una pérdida de interés o placer:

- Estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, casi todos los días.
- Pérdida de interés o placer en actividades antes disfrutadas.
- Cambios significativos en el peso corporal.
- Insomnio o hipersomnia.
- Agitación o enlentecimiento psicomotor.
- Fatiga o pérdida de energía.
- Sentimientos de inutilidad o culpa excesiva.
- Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse.
- Pensamientos recurrentes de muerte o suicidio, o un intento de suicidio.

Estos síntomas deben causar malestar significativo o deterioro en el funcionamiento social, laboral u otras áreas importantes de la vida del individuo. Además, no pueden ser causados por efectos fisiológicos directos de una sustancia (como una sustancia psicoactiva o un medicamento) o una enfermedad médica.

Según la Organización Mundial de la Salud (2023), la depresión se distingue de las fluctuaciones normales del estado de ánimo y de los sentimientos comunes sobre la vida cotidiana, ya que los síntomas persisten la mayor parte del día, casi todos los días, durante al menos dos semanas consecutivas. Su impacto puede extenderse a todos los ámbitos de la vida,

incluyendo las relaciones familiares, amistades y participación en la comunidad. Además, puede estar relacionada con dificultades en el rendimiento escolar o laboral, ya sea como causa o consecuencia del trastorno.

Espada, Orgilés., Méndez y Morales (2021) mencionan que la depresión es un trastorno multifactorial con causas que involucran factores biológicos, psicológicos, ambientales y genéticos. Entre los factores biológicos se incluyen desequilibrios en los neurotransmisores, como la serotonina, la noradrenalina y la dopamina; según la Asociación Americana de Psiquiatría (2013), los factores ambientales pueden deberse a la exposición a eventos vitales negativos durante la infancia, estos eventos suelen estar relacionados con situaciones estresantes o pérdidas significativas, violencia, abusos, negligencia parental, pobreza, etc. Por el lado de los factores genéticos, “los niños con padres con depresión tienen entre 2 y 4 veces más riesgo de desarrollar este trastorno respecto a la población general” (American Psychiatric Association, 2013)

Aaron T. Beck

Según el enfoque cognitivo de Beck (1979), la depresión se explica por tres conceptos específicos: triada cognitiva, esquemas cognitivos y los errores en el procesamiento de la información.

De acuerdo con Beck, Rush, Shaw y Emery (1983), estos conceptos se definen de la siguiente manera:

Triada Cognitiva

Formada por la visión negativa de sí mismo, del mundo y la visión negativa acerca del futuro.

Gráfico 1

Triada Cognitiva



Fuente: elaboración propia

Nota:

- **Si mismo:** “El paciente se ve desgraciado, torpe, enfermo, con poca valía. Tiende a atribuir sus experiencias desagradables a un defecto suyo, de tipo psíquico, moral o físico” (Beck, et al., 1983, p. 20). A causa de esta perspectiva, el individuo se percibe como incapaz y sin valía debido a sus imperfecciones. Tiene una tendencia a menospreciarse y juzgarse a sí mismo por sus defectos. También cree que le faltan las cualidades necesarias para alcanzar la felicidad.
- **Mundo:** Se enfoca en la inclinación del individuo con depresión de ver sus vivencias de una forma pesimista. Percibe que el mundo le impone exigencias excesivas o con obstáculos insuperables para alcanzar sus metas. Analiza sus interacciones con el entorno desde una perspectiva de fracaso o frustración. Al alentar a la persona con depresión a considerar otras explicaciones menos negativas, puede darse cuenta de que sus interpretaciones iniciales estaban equivocadas. De esta manera, podría comprender que estaba distorsionando los hechos para que coincidieran con las conclusiones negativas que ya había creado.
- **Futuro:** Cuando una persona con depresión elabora planes significativos, está anticipando que sus dificultades o sufrimientos actuales persistirán en el tiempo. “Espera enfrentarse a penas, frustraciones y privaciones interminables” (p.20). Al

considerar asumir una tarea específica en un futuro cercano, sus expectativas suelen inclinarse hacia el fracaso.

Los Esquemas Cognitivos

“Estos esquemas, relativamente estables, constituyen la base de la regularidad de las interpretaciones. Pueden haber estado inactivos durante periodos prolongados de tiempo y haber sido activados en situaciones generadoras de ansiedad” (Beck, et al., 1983, p.21).

Este concepto se emplea para explicar por qué el paciente con depresión tiene actitudes que le causan sufrimiento y son contraproducentes, incluso cuando hay evidencia objetiva de aspectos positivos en sus vidas. Una situación se compone por una gran variedad de estímulos, los cuales el individuo selecciona, combina e interpreta. Incluso aunque varias personas pueden interpretar una misma situación de manera distinta, estos individuos tienden a ser coherentes con sus respuestas si se encuentran en una situación similar. “El término “esquema” designa los patrones cognitivos estables y constituyen la base para localizar, diferenciar y codificar el estímulo con que se enfrenta el individuo. Este categoriza y evalúa sus experiencias por medio de una matriz de esquemas” (p. 21).

Los tipos de esquemas que una persona utiliza determinan cómo estructura diversas experiencias. Un esquema puede permanecer inactivo durante largos períodos y ser activado por estímulos ambientales específicos, los cuales influyen directamente la forma en que la persona responde. En patologías como la depresión, las interpretaciones de los pacientes sobre ciertas situaciones se distorsionan para ajustarse a esquemas inadecuados. La vinculación entre un esquema apropiado y un estímulo específico se ve perturbada por la interferencia de esquemas individuales activados. A medida que estos esquemas individuales se vuelven más activos, son evocados por un conjunto de estímulos cada vez mayor que tiene poca relación lógica entre ellos. El paciente pierde gran parte del control voluntario sobre sus procesos de pensamiento y es incapaz de recurrir a otros esquemas más apropiados.

En casos de depresión leve, el paciente suele ser capaz de observar sus pensamientos negativos con cierta objetividad. Sin embargo, cuando la depresión se agrava, su pensamiento se ve cada vez más dominado por ideas negativas, incluso si no existe una conexión lógica entre las situaciones reales y sus interpretaciones negativas. Cuando los patrones cognitivos del individuo generan distorsiones de la realidad y, como resultado, errores sistemáticos en el pensamiento depresivo, el sujeto encuentra cada vez más difícil considerar la posibilidad de que sus interpretaciones negativas sean incorrectas. En los casos más graves de depresión, el pensamiento del paciente puede verse completamente absorbido por estos patrones individuales: se sumerge por completo en pensamientos negativos, repetitivos y persistentes, y le resulta muy difícil concentrarse en estímulos o cambios producidos por el mundo externo.

La estructura cognitiva de una persona con depresión se caracteriza por distorsiones cognitivas, como la tendencia a interpretar de manera negativa la información, a amplificar los aspectos negativos y minimizar los positivos, así como a hacer generalizaciones inapropiadas a partir de eventos específicos. Estas distorsiones cognitivas contribuyen a mantener y perpetuar el estado depresivo del individuo

Los esquemas se dividen en:

- **Esquemas cognitivos:** Tienen que ver con la abstracción, la interpretación y el recuerdo.
- **Esquemas afectivos:** Son responsables de la generación de sentimientos
- **Esquemas motivacionales:** Se relacionan con los deseos
- **Esquemas instrumentales:** Preparan para la acción.
- **Esquemas de control:** Están involucrados en la autoobservación y la inhibición o dirección de las acciones. (Beck, 2005, p.186).

Los Errores en el Procesamiento de la Información

Hace referencia a los errores que se presentan en el individuo con depresión y que mantienen la creencia en los esquemas cognitivos a pesar de la existencia de evidencia contraria.

Estos errores son:

- **Inferencia arbitraria:** Se trata de llegar a una conclusión específica sin contar con la evidencia necesaria que la respalde, o incluso cuando la evidencia contradice dicha conclusión.
- **Abstracción selectiva:** Implica enfocarse en un detalle específico sin considerar su contexto, dejando de lado otras características más importantes de la situación, y construir toda la percepción de la experiencia en torno a ese fragmento.
- **Generalización excesiva:** Este término describe el proceso de formular una regla general o una conclusión basada en uno o varios hechos específicos y luego aplicar esta regla tanto a situaciones relacionadas como a situaciones que no tienen conexión directa.
- **Maximización y minimización:** Se manifiestan en los errores que ocurren al evaluar la importancia o la magnitud de un evento, errores tan significativos que llegan a distorsionar la percepción de la realidad.

- **Personalización:** Se refiere a la inclinación y facilidad del paciente para atribuir a sí mismo fenómenos externos cuando no hay una base sólida para establecer tal relación.
- **Pensamiento absolutista, dicotómico:** Se muestra en la tendencia a categorizar todas las experiencias en una o dos categorías opuestas. El paciente tiende a seleccionar las categorías del extremo negativo al describirse a sí mismo.

Modos “Primitivos” de Organizar la Realidad vs. Modos “Maduros”

Las personas con depresión tienden a estructurar sus experiencias de un modo primitivo, suelen emitir juicios globales respecto a los acontecimientos que afectan su vida. Sus contenidos de pensamiento tienen una gran probabilidad de ser extremos, negativos, categóricos, absolutistas, etc (Beck, et al., 1983, p. 23).

Por lo tanto, la respuesta emocional tiene una tendencia negativa y extrema. En contraste, un pensamiento más maduro automáticamente integra las situaciones en varias dimensiones en lugar de una única categoría, basándose en criterios relativos más que absolutos. En el pensamiento primitivo, la diversidad de las experiencias se reduce a unas pocas categorías.

El paciente depresivo tiende a interpretar sus experiencias en términos de privaciones o de derrotas (no dimensionales) y como algo irreversible (fijo). Consecuentemente, se considera a sí mismo como un “perdedor” (categórico, emite juicios de valor) y como una persona predestinada (déficits de carácter irreversibles) (p. 24).

Predisposición y Desencadenamiento de la Depresión

Algunas experiencias tempranas establecen la base para desarrollar conceptos negativos sobre uno mismo, el futuro y el mundo. Estos conceptos negativos, llamados esquemas, pueden permanecer inactivos y activarse en ciertas circunstancias similares a las experiencias que originalmente dieron lugar a la formación de actitudes negativas.

Por otro lado, la depresión puede ser desencadenada por una enfermedad física, que puede activar en una persona la creencia de que está destinada a una vida de sufrimiento. Las situaciones desagradables de la vida no siempre llevan a la depresión, a menos que la persona esté particularmente sensibilizada hacia un tipo específico de situación debido a la naturaleza de su estructura cognitiva.

Frente a situaciones traumáticas, la persona promedio aún conservaría su interés por otros aspectos no traumáticos de su vida, apreciándolos de manera realista. En contraste, el pensamiento de aquellos con tendencia a la depresión puede limitarse significativamente, generando ideas negativas sobre todos los aspectos de su vida.

Música y Musicoterapia

Según Copland (2002) la música se define como el arte de combinar sonidos y silencios de manera armoniosa, expresando ideas y emociones a través de la organización de elementos como melodía, ritmo, armonía y timbre. Llanga y Insuasti (2019) mencionan que la música no solo proporciona entretenimiento, sino que también puede servir como una herramienta para mejorar la salud y estimularla. A través de procesos diversos, como la musicoterapia, que ha sido reconocida como una rama de la medicina recuperativa desde la década de 1940, los efectos fisiológicos, emocionales y mentales de la música pueden contribuir al equilibrio psicofísico y al bienestar de las personas. Acorde con Schön y Vecchi (2019) dentro de la psicología, la música se centra en cómo esta afecta las emociones, la cognición y el comportamiento de las personas; se investiga acerca de los diferentes elementos musicales tales como: el ritmo, la melodía y la armonía, y en cómo esto influye en la percepción y la experiencia musical. Además de observar como la música puede promover la expresión emocional.

Los autores North, Hargreaves, y Hargreaves (2004) mencionan que, la música va teniendo diferentes funciones, las cuales dependerán de una variedad de factores como: la hora del día, el lugar, o la actividad que este realizando (trabajando, estudiando, descansando, etc) en el momento en el que el individuo este escuchando música; y a su vez, esta puede llegar a

cumplir una función de carácter emocional. En cuanto a la preferencia musical de las personas, acorde con Ladining y Schellenberg (2012), está se ve influenciada por su sexo, edad y nivel educativo. Algunos factores que determinan el patrón de consumo musical tienen que ver con las preferencias, las cuales incluyen características específicas de la música, como su tempo o ritmo, la familiaridad del individuo con un género musical particular, la frecuencia con la que se escucha, las experiencias emocionales asociadas con ese estilo musical, influencias sociales, la edad del individuo, entre otros aspectos.

Según Fernández (2021), la música sirve como un medio para comprender y asimilar el entorno, siendo la forma en que un individuo interpreta su realidad personal; esta interpretación contribuye en las diferentes formas en que las personas consumen música, ya que están influenciadas por la manera en que la entienden y se relacionan con ella. Los individuos no solo escuchan música de manera pasiva, sino que también la integran en sus vidas de formas diversas. De esta manera, los sujetos crean narrativas y construcciones imaginativas en torno a la música que escuchan, lo que puede moldear sus preferencias y la manera en que la consumen. Además, la música tiene el poder de evocar emociones y activar recuerdos personales en los consumidores, agregando significado y conexión emocional a la experiencia auditiva.

Gordoa et al. (2022) define la musicoterapia en la intervención terapéutica como un proceso dirigido a fomentar la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, la movilización, la expresión, la organización y otros objetivos, con el fin de suplir necesidades de tipo físico, emocional, mental, social y cognitivo. Respecto a sus orígenes, Palacios (2001) hace referencia a que la musicoterapia es considerada relativamente nueva desde una perspectiva científica, pero tiene sus raíces en la antigüedad, remontándose al año 1284 a.C. Un caso notable es el de Herófilo, quien utilizaba la música para regular la pulsación arterial según escalas musicales. A partir de mediados del siglo XIX, la música comenzó a ser reconocida como terapia, especialmente en el campo de la medicina. Sin embargo, su desarrollo como técnica terapéutica

respaldada por la ciencia y su integración en entornos universitarios ocurrieron aproximadamente hace 50 años.

La musicoterapia busca desarrollar potenciales y/o restaurar funciones de los individuos de forma que puedan conseguir una integración tanto intra como interpersonal y, como consecuencia, una mejor calidad de vida. Según Blasco (2001), la musicoterapia puede ser vista como una de las estrategias más eficaces para abordar las dolencias emocionales, ya que la música tiene un impacto inmediato en el ser humano. Las respuestas a estímulos auditivos musicales son automáticas, dado que la música es una habilidad natural inherente al ser humano desde el periodo de gestación.

De acuerdo con Bruscia (2006) la musicoterapia se extiende en diversos ámbitos, desde escuelas hasta centros de salud mental, abarcando una amplia variedad de pacientes con condiciones como autismo, trastornos emocionales, psiquiátricos y deficiencias físicas o del lenguaje. Esta práctica se emplea en instituciones como hospitales, clínicas y centros de rehabilitación, brindando apoyo a personas de todas las edades, desde niños en desarrollo hasta personas de la tercera edad y pacientes con enfermedades terminales.

Tipos de Musicoterapia

- **Técnica pasiva o receptiva:** Según Campos et al. (2008) los métodos pasivos requieren una actividad interna en el sujeto y pueden inducir a cambios en el estado de ánimo, en los sentimientos y en las emociones. La música que se le proporciona al paciente para que escuche en la sesión puede ser grabada o tocada en vivo.
- **Técnica activa o creativa:** “Los métodos activos implican una acción visible como es la de tocar un instrumento, bailar, cantar...” (Campos et al, 2008, p. 73). De acuerdo con Ruggero (s.f.) la improvisación es un elemento fundamental dentro de esta técnica.

Grupos de Fans

La Real Academia de la Lengua Española (2021) define el término fan como: “admirador o seguidor entusiasta de alguien o aficionado entusiasta de algo”.

El término "fan", apareció por primera vez en finales del siglo XIX en relatos periodísticos que describen seguidores de equipos deportivos profesionales (especialmente en béisbol) en un momento en el que el deporte pasó de ser una actividad predominantemente participativa a un evento para espectadores, pero pronto se amplió para incorporar cualquier fiel “devoto” de los deportes o del entretenimiento comercial. (Jenkins, 1992, p. 12)

McMillan y Chavis (1986) describen elementos importantes implicados en la participación de los fanáticos: En su teoría sobre el sentido de comunidad, se hace referencia a que los fanáticos deben percibirse a sí mismos como miembros del grupo, sintiendo pertenencia, e identificación; deben sentir que tienen influencia en su grupo y viceversa para establecer la cohesión del grupo; deben sentirse recompensados por su participación en la comunidad y finalmente, deben tener una conexión emocional compartida con el grupo.

Jenkins (1992) hace referencia a que los fans toman un papel activo a la hora de apropiarse de su identidad y construir una cultura dentro de su comunidad. En los grupos de fans se fomenta la comunicación como una forma de interacción e intercambio de ideas, lo que facilita la creación de una identidad en común.

En cuanto a la diferenciación entre la palabra “fan” y “fanático”, se ha encontrado que desde sus inicios. “Fan” es una forma abreviada de la palabra "fanático", que tiene sus raíces en la palabra latina "fanaticus". En su sentido más literal, "fanaticus" simplemente significaba: De o perteneciente al templo, un sirviente del templo, un devoto” (Jenkins, 1992, p.12)

Dicho termino adquirió connotaciones negativas, pasando a referirse a creencias religiosas excesivas, fanatismo político y locura por posesión demoníaca. Más adelante, al surgir

el término “fan”, empezó a asociarse con los seguidores de equipos deportivos. Sin embargo, el fanatismo continuó teniendo un vínculo nocivo respecto a las creencias políticas y religiosas, además de relacionarse con una obsesión por el objeto o el individuo admirado, lo que conlleva a problemas de salud mental y que puede llevar a la pérdida del contacto con la realidad.

Fandom

Los fans hacen parte de comunidades las cuales toman el nombre de “fandom”, de acuerdo con Jenkins (1992) estos grupos se conforman por individuos los cuales tienen intereses en común. La autora Aller (2020) refiere que este término proviene de las palabras “fan y kingdom”, que significa “reino de fans”, hace referencia al grupo al que pertenecen los fans, junto con los otros seguidores de un mismo actor, cantante, banda, libro, etc. Dentro de estas comunidades se incluyen prácticas en común, vínculos, emociones, entre otros.

Los fandoms son descritos por Jenkins (1992) como una cultura la cual transforma la experiencia de consumo y la forma en cómo los cantantes, actores, productores, etc, crean su arte. Debido a que los fans no solo consumen historias ya producidas, sino que también realizan sus propias construcciones relacionadas con esa persona u obra que admiran, creando así una red entre la persona que produce y el consumidor, ya que este individuo puede tomar en cuenta lo que sus seguidores quieren, realizando un trabajo en conjunto.

Antecedentes

Los antecedentes de la presente investigación se dividen en 3 ejes: el primero se trata de la depresión, música y musicoterapia; el segundo la música y grupos de fans; y el tercero la salud mental y los grupos de fans. El eje con mayor número de artículos encontrados es el primero lo que demuestra que es un tema del que se tiene conocimiento, y ha sido explorado anteriormente. En los ejes 2 y 3 no se encontraron muchas investigaciones, lo cual evidencia que existe poca información y no muchas personas se han interesado en abordar acerca de estas variables. La búsqueda se realizó en Google académico, Medigraphic, UCREA y Scielo; el total de trabajos revisados es de 10.

Eje 1. Depresión, Música y Musicoterapia

En este eje se presentan un total de 7 trabajos, de los cuales la mayoría se caracterizan por un enfoque cualitativo y descriptivo. Además, se observa una notable cantidad de investigaciones centradas en la población de adultos de la tercera edad.

En la investigación “Musicoterapia como alternativa terapéutica en la depresión”, publicada en el año 2012, por el autor Blanco, se hizo un estudio comparativo, aleatorizado, en una población de 23 pacientes masculinos y femeninos mayores de 18 años y menores de 65 años que asistieron por primera vez a la consulta externa por Episodio Depresivo según entrevista estructurada SCID-I, del Centro de Atención Integral de Salud Mental del Instituto Guatemalteco de Seguridad Social. Entre los criterios de inclusión destacan pacientes con un puntaje inicial de 7 a 34 puntos en la escala de Montgomery-Asberg (MADRS) que aceptara participar en el estudio.

En los resultados se hace evidente que, la eficacia de la intervención con musicoterapia se relaciona con el número de sesiones y los continuos seguimientos que se realicen a los pacientes. En las personas de la tercera edad la música genera pensamientos positivos que hacen que recuerden situaciones del pasado placenteras para ellos; a la vez, se encuentra que hay un mayor grado de efectividad cuando se acompaña con otro instrumento, evidenciado en

la reducción de síntomas depresivos como los pensamientos de tristeza, desesperanza e irritabilidad.

El trabajo titulado “Efectos de un programa piloto de musicoterapia basado en la composición de canciones sobre los niveles de depresión en adultos mayores con deterioro cognitivo residentes de un hogar geriátrico privado de la ciudad de Bogotá”, publicado en el año 2018, por parte de la autora López, se trata de un diseño de caso, de tipo cualitativo descriptivo. El estudio se realizó en 6 personas de entre 62 a 85 años; usuarios del centro de Atención Integral para el adulto mayor, deben encontrarse en estancia permanente dentro de la institución, llevar por lo menos un mes ingresado en la institución al momento de iniciar con la evaluación y deben ser usuarios que no hayan participado en sesiones de musicoterapia anteriormente.

En los resultados se encontró que generalmente las estrategias de afrontamiento de los usuarios consistían en la evitación, negación y minimizar su experiencia emocional. El programa piloto que se realizó permitió que los individuos tuvieran una estimulación que permitiera cambios en el nivel de las respuestas comportamentales relacionado con estados emocionales como la rabia, el asco, la tristeza, etc; dando como resultado una mejor interacción con su entorno, que favorece la manera en la que se relacionan con otras personas. Los usuarios pudieron reconocer estrategias para el autocontrol y el afrontamiento, por medio de la composición de canciones.

La investigación denominada “Musicoterapia como alternativa de intervención para la ansiedad y depresión en adultos: una revisión de estudios años 2012 - 2022 en Latinoamérica y España”, fue realizada en el año 2022, por el autor Caicedo. Su metodología es cualitativa con alcance descriptivo, a través de una revisión sistemática de la literatura entre los años 2012 y 2022 en Latinoamérica y España; para lo cual se seleccionaron 24 investigaciones que cumplieran con los criterios de búsqueda propuestos, y se depuró utilizando la metodología Prisma y una bitácora de búsqueda.

En cuanto a los resultados, se encontró que: 6 de los estudios se relacionaron con factores de depresión y hay 7 resultados mixtos ya que algunas investigaciones tenían resultados

tanto para ansiedad como para la depresión. También se encontró que la mayoría de estos fueron realizados en España, seguido por México, Argentina, Bolivia, Cuba, Ecuador y Guatemala. Se puede resaltar que la mayoría de los estudios encontrados respecto a la musicoterapia como alternativa de intervención en la depresión se realizaron en población geriátrica y también en áreas de la medicina como la psiquiatría, en la mayor parte de estas investigaciones, los resultados entorno a la efectividad de esta terapia para el tratamiento de depresión no tuvieron resultados muy significativos.

En la investigación titulada “La musicoterapia como herramienta para reducir el nivel de depresión en adultos mayores”, realizada en el año 2022, por los autores Oviedo y Hernández, se encuentra que se realizó un estudio de fuentes secundarias, haciendo uso del método de la revisión sistemática, siguiendo los Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses (PRISMA), conformado por una lista de verificación de estudios donde se analizan las secciones más importantes de un artículo original. Se incluyeron todos los estudios con enfoque longitudinal, prospectivos y estudios controlados aleatorizados, y que las muestras hicieran referencia exclusivamente a población de adultos mayores con sintomatología de depresión.

En los resultados se encuentra que, en las investigaciones donde se evaluaban grupos de tratamiento y control se identificó que la musicoterapia solía tener efectos beneficiosos en los grupos de tratamiento específicamente en los niveles de depresión, pero la disminución de dichos síntomas aparecía a partir de la tercera o cuarta sesión de la intervención. Es pertinente destacar que la musicoterapia mostraba mejores efectos en sintomatología depresiva cuando esta se realiza desde lugares más confortables como es el caso de un consultorio o desde el hogar del paciente. También se identificó que cuando los adultos mayores tienen la posibilidad de elegir la música para la intervención, esta variante hace que el procedimiento presente mayor solidez y efectividad.

El siguiente trabajo titulado “La preferencia musical y su relación con los síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes”, publicado en el año 2022, por los autores Castillo, Diaz y Olmedo, es una investigación descriptiva, transversal y cuantitativa. La población está conformada por 54 estudiantes de segundo año de la preparatoria Ignacio Carillo Franco; de los géneros femenino y masculino, entre las edades de 14-18. Los instrumentos utilizados fueron el Test de preferencias musicales STOMP, el Test de Depresión de Beck segunda edición y el Test de Ansiedad de Beck.

Los resultados dejan en evidencia que, en la muestra de población estudiada, no se encuentra una relación entre la preferencia musical y la presencia de síntomas de depresión y ansiedad en dichos adolescentes.

De la investigación “Manejo de la depresión mediante musicoterapia en un grupo de adultos mayores pertenecientes al hogar gerontológico “Sueños Dorados” de la ciudad de Bogotá”, publicada en el año 2022, por la autora Castro, se encontró que, su diseño de investigación es descriptivo, con enfoque mixto, en un grupo conformado por 12 personas entre los 55 y 96 años, residentes del hogar Gerontológico “Sueños Dorados”, ubicado en la localidad cuarta de San Cristóbal Sur en Bogotá, estos usuarios se encontraron en modalidad de residencia permanente.

En cuanto a los resultados, se observa que uno de los métodos que más beneficiaron el proceso de musicoterapia fue: el método recreativo y de composición, ya que al trabajar en canciones asociadas a la historia de vida de los participantes se facilitaban los procesos significativos y de autorreflexión. La composición permitió que los individuos mejoraran la comunicación en relación con sus historias personales y de gran significado emocional. Se resalta que las actividades de musicoterapia relacionadas con la exploración de la voz y canto grupal, facilitación procesos de socialización, comunicación, confianza y autoestima.

En el trabajo de grado “Los usos de la música en la práctica clínica”, del año 2023, escrito por el autor Navas, se ha realizado una revisión bibliográfica basada en metaanálisis y revisiones

sistemáticas, se describen un total de 16 metaanálisis y revisiones sistemáticas. Así mismo, se realiza una entrevista a Alberto Alonso Babarro, jefe de la Unidad de Cuidados Paliativos del Hospital Universitario La Paz (Madrid), para ello, se escribe un guion de entrevista semiestructurada.

Se halló en los resultados que, en comparación con las medidas de tratamiento habituales para el trastorno depresivo, la adición de la música muestra una mejoría sintomática a corto plazo en los pacientes. El metaanálisis que se ha utilizado comprende 9 estudios con una muestra de 421 personas diagnosticadas con depresión sometidas a diferentes terapias musicales (activas, pasivas, individuales, en grupos, etc), Para comparar los resultados, se tienen en cuenta tanto escalas clínicas (Hamilton Rating Scale for Depression) como cuestionarios autoadministrados para los pacientes (Beck Depression Inventory).

En conclusión, aunque se han encontrado algunos trabajos enfocados en adolescentes y adultos, hay una tendencia predominante hacia la investigación en adultos mayores. Esto indica que hay mucha información disponible sobre esta población, pero la falta de datos claros dificulta determinar si la musicoterapia es efectiva o pertinente para los jóvenes. Hay una contradicción en cuanto a la efectividad de la musicoterapia como tratamiento para la depresión: algunas investigaciones indican que no se observan resultados significativos, mientras que otros estudios sugieren que tiene efectos beneficiosos en la reducción de los síntomas, aunque requiere varias sesiones de intervención. En cuanto a la efectividad a largo plazo, la información es escasa; solo una investigación menciona que la mejoría en los síntomas se da solo a corto plazo.

Eje 2. Música y Grupos de ans

En el presente eje se han encontrado 2 investigaciones que exploran la relación entre la música y los grupos de fans, y cómo esta sirve como una forma de distracción de los problemas. Ambos estudios utilizan una metodología cualitativa, para la recolección de la información se hizo uso de la entrevista.

La tesis que lleva por nombre “Música, afición y subjetividad entre seguidores del Indio Solari”, publicada en el año 2016, por el autor Aliano, es un trabajo de corte cualitativo, en el que se describen las interacciones que se dan en un recital de música y las redes que lo conectan con su vida cotidiana, como la música que escucha en su casa, discusiones en foros de internet y en otros eventos asociados a la música. Las técnicas que se utilizaron fueron: la observación participante en los recitales y otros espacios en los que socializan, se realizaron entrevistas a profundidad y análisis discursivo de material gráfico y textual producido por los fans, los entrevistados son en su amplia mayoría jóvenes nacidos entre las décadas del setenta y fines de los ochenta,

Dentro de la tesis se encuentra que, la escucha de la música permite que los fanáticos simbolicen sus experiencias, no solo se trata de identificarse con el contenido de las letras, ya que esta música en vez de reflejar directamente su situación ayuda a que se comprendan a sí mismos y su singularidad, mediante la imaginación de sus experiencias. La música del Indio Solari específicamente les permite la interpretación de situaciones difíciles o dolorosas al elaborarlas y aceptarlas, dándoles sentido y fuerza para superar esos momentos de la vida. De esta forma, las experiencias de la vida cotidiana que no logran elaborar encuentran la forma de sobrellevarlo y superarlo a través de la música.

La investigación titulada “Influencia de las relaciones parasociales y sociales en el bienestar subjetivo en un grupo de fanáticos del K-pop”, publicada en el año 2023, por la autora Prieto, se clasifica como un estudio cualitativo, transversal, su alcance es de tipo descriptivo y es un estudio de caso. La población seleccionada para este estudio son 9 jóvenes comprendidos entre los 18 y 25 años, de los cuales se cuenta con 7 mujeres y 2 hombres, como requisito los sujetos deben ser habitantes del Área metropolitana del Valle de Aburrá en Antioquia, y pertenecientes a grupos de fans del K-pop. Para recolectar la información, se realiza entrevista semiestructurada.

En los resultados se encuentra que los participantes se relacionan con otros fans y esto es una experiencia satisfactoria para ellos, algunas personas refieren haber conectado con ellos debido a que comparten gustos musicales y se sienten identificados. La tendencia en los entrevistados ha sido relacionada con un impacto positivo en general del K-pop en sus vidas, esto es debido a que sienten felicidad y un refugio cuando escuchan su música, sus mensajes y ritmos. El K-pop, también ha tenido un impacto más allá para algunos, pues les ha servido para calmarse y dejar de prestar atención a otros problemas.

Se concluye que hay muy pocas investigaciones que relacionen la música con los grupos de fans, pero las existentes suelen enfocarse en una población joven. En general, la música tiene un impacto positivo en los fans, ya que ambos estudios indican que les ayuda a sobrellevar situaciones difíciles de la vida; además en una de las investigaciones también se resalta la interacción con otros fans como una experiencia satisfactoria al sentirse identificados entre sí, y encontrar una afición en común.

Eje. 3. Salud Mental y Grupos de Fans

El presente eje está conformado por una investigación, en la que se resalta que el fanatismo excesivo podría desencadenar conductas problemáticas para la vida del individuo.

La investigación que lleva por nombre “Comportamiento de los fanáticos del cine, animación y videojuegos”, publica en el año 2023, por la autora Jiménez, es un estudio de tipo bibliográfico-descriptivo de corte transversal, extrayendo las investigaciones de interés a través de criterios de inclusión y exclusión. Como parte de los criterios de inclusión se encuentran: artículos publicados en los últimos cinco años, comportamientos de los fanáticos, adicción a los videojuegos, consecuencias del fanatismo excesivo, la identidad del fan y consecuencias psicológicas de la obsesión exacerbada; los criterios de exclusión aplicados fueron artículos del fanatismo religioso, político o deportivo, televisión, juegos de apuestas y se descartó información proveniente de blogs o páginas web no confiables.

Como resultado, se encuentra que el fanatismo ha llevado a la creación de comunidades organizadas con códigos lingüísticos y jerarquías propias llamados fandoms, los cuales desempeñan un papel activo en la promoción y difusión de sus intereses. Sin embargo, cuando esta pasión no se controla adecuadamente, puede desencadenar problemas graves en la vida cotidiana como: conductas de riesgo, desconexión con la realidad generando expectativas irreales sobre la vida o las relaciones sociales, aislamiento voluntario, descuido sobre la higiene personal y la salud propia, además de un desinterés o descuido de las responsabilidades en todos los ámbitos (académico, social, personal o familiar), sobre todo en personalidades influenciadas, con baja autoestima o poca autocrítica.

Se ha concluido que la relación entre la salud mental y los grupos de fans no ha sido ampliamente explorada en el campo de la psicología. Esto evidencia un vacío en el conocimiento sobre las implicaciones psicológicas de ser fan de algo o alguien, y hasta qué punto esta actividad es saludable para los individuos y cuándo comienza a convertirse en un asunto patológico.

Metodología

Tabla 1

Metodología

Enfoque:	Mixto
Nivel:	Exploratorio
Método:	Estudio de caso
Técnicas:	Cuestionario BDI-2 Entrevista semiestructurada
Lineamientos éticos:	Consentimiento informado Anonimato Confidencialidad Devolución de resultados

Fuente: Elaboración propia

La presente investigación tiene un enfoque mixto, ya que, de acuerdo con Sampieri (1991), este tipo de enfoque permite relacionar los hallazgos cuantitativos con los significados cualitativos. El enfoque cuantitativo permitirá identificar a los integrantes del grupo de fans con síntomas depresivos, mientras que el enfoque cualitativo brindará una interpretación subjetiva desde el punto de vista de las fans sobre cómo la música las hace sentir, para así determinar si aporta un control en sus síntomas.

De acuerdo con el mismo autor, el nivel es exploratorio, ya que la temática ha sido poco abordada previamente y no se encuentra suficiente información. A pesar de que existe bastantes investigaciones sobre la depresión y la musicoterapia, este no es el caso para la población seleccionada, pues en general, hay pocas investigaciones relacionadas con mujeres que hacen parte de grupos de fans. Adicionalmente, las investigaciones exploratorias buscan observar e

identificar relaciones entre variables y determinar tendencias. En este caso, se pretende analizar si la música tiene efectos sobre el control de los síntomas depresivos en el grupo de fans de One Direction.

El método utilizado es un estudio de caso, según Sampieri (1991) este permite explorar a fondo un tema para comprender su contexto y las variables que pueden influir en él. Este método se adapta al caso estudiado, utilizando diversas técnicas para recolectar la información necesaria.

La investigación es un diseño experimental ya que de acuerdo con lo mencionado por Sampieri (1991) implica la planificación de un experimento que tiene como fin examinar de qué forma se relacionan diferentes variables, por medio de la medición e intervención.

Las técnicas utilizadas para la recolección de información son el cuestionario Inventario de Depresión de Beck (BDI-2) y la entrevista semiestructurada.

Para evaluar los síntomas depresivos en la comunidad de fans de One Direction Colombia se utiliza el BDI-2, la cual es una prueba conformada por 21 ítems y evalúa 21 síntomas, cada uno de los cuales se clasifica en una escala de 0 a 3, con un puntaje total que oscila entre 0 y 63.

El Inventario de Depresión de Beck (BDI) fue creado en 1961 por el psiquiatra Aaron T. Beck, como una forma de evaluar la severidad de la depresión en pacientes psiquiátricos. El BDI se convirtió rápidamente en una herramienta ampliamente utilizada tanto en la investigación clínica como en la práctica clínica. Fue revisado varias veces para mejorar su precisión y utilidad. Una versión revisada, el BDI-II, fue publicada en 1996 y ha demostrado ser una medida confiable y válida de la gravedad de la depresión en una variedad de contextos clínicos y de investigación.

A continuación, se presenta la prueba:

Este cuestionario consta de 21 grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada uno de ellos cuidadosamente. Luego elija uno de cada grupo, el que mejor describa el modo como se ha sentido las últimas dos semanas, incluyendo el día de hoy. Marque con un círculo el

número correspondiente al enunciado elegido, si varios enunciados de un mismo grupo le parecen igualmente apropiados, marque el número más alto. Verifique que no haya elegido más de uno por grupo, incluyendo el ítem 16 (cambios en los hábitos de Sueño) y el ítem 18 (cambios en el apetito).

Tabla 2

Inventario de Depresión de Beck

Síntomas	0	1	2	3
1. Tristeza	No me siento triste	Me siento triste gran parte del tiempo	Me siento triste todo el tiempo.	Me siento tan triste o soy tan infeliz que no puedo soportarlo.
2. Pesimismo	No estoy desalentado respecto de mi futuro.	Me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo.	No espero que las cosas funcionen para mi.	Siento que no hay esperanza para mi futuro y que sólo puede empeorar.
3. Fracaso	No me siento como un fracasado.	He fracasado más de lo que hubiera debido.	Cuando miro hacia atrás, veo muchos fracasos.	Siento que como persona soy un fracaso total.
4. Pérdida de Placer	Obtengo tanto placer como siempre por las cosas de las que disfruto.	No disfruto tanto de las cosas como solía hacerlo.	Obtengo muy poco placer de las cosas que solía disfrutar	No puedo obtener ningún placer de las cosas de las que solía disfrutar.
5. Sentimientos de Culpa	No me siento particularmente culpable.	Me siento culpable respecto de	Me siento bastante culpable la	Me siento culpable todo el tiempo.

		varias cosas que he hecho o que debería haber hecho	mayor parte del tiempo	
6. Sentimientos de Castigo	No siento que este siendo castigado	Siento que tal vez pueda ser castigado	Espero ser castigado.	Siento que estoy siendo castigado.
7. Disconformidad con uno mismo.	Siento acerca de mi lo mismo que siempre.	He perdido la confianza en mí mismo.	Estoy decepcionado conmigo mismo.	No me gusto a mí mismo.
8. Autocrítica	No me critico ni me culpo más de lo habitual	Estoy más crítico conmigo mismo de lo que solía estarlo	Me critico a mí mismo por todos mis errores	Me culpo a mí mismo por todo lo malo que sucede.
9. Pensamientos o Deseos Suicidas	No tengo ningún pensamiento de matarme.	He tenido pensamientos de matarme, pero no lo haría	Querría matarme	Me mataría si tuviera la oportunidad de hacerlo.
10. Llanto	No lloro más de lo que solía hacerlo.	Lloro más de lo que solía hacerlo	Lloro por cualquier pequeñez	Siento ganas de llorar pero no puedo
11 Agitación	No estoy más inquieto o tenso que lo habitual.	Me siento más inquieto o tenso que lo habitual.	Estoy tan inquieto o agitado que me es difícil quedarme quieto	Estoy tan inquieto o agitado que tengo que estar siempre en movimiento o haciendo algo.
12 Pérdida de Interés	No he perdido el interés en otras actividades o personas.	Estoy menos interesado que antes en otras	He perdido casi todo el interés en otras	Me es difícil interesarme por algo.

		personas o cosas.	personas o cosas.	
13. Indecisión	Tomo mis propias decisiones tan bien como siempre	Me resulta más difícil que de costumbre tomar decisiones	Encuentro mucha más dificultad que antes para tomar decisiones.	Tengo problemas para tomar cualquier decisión.
14. Desvalorización	No siento que yo no sea valioso	No me considero a mi mismo tan valioso y útil como solía considerarme	Me siento menos valioso cuando me comparo con otros	Siento que no valgo nada.
15. Pérdida de Energía	Tengo tanta energía como siempre.	Tengo menos energía que la que solía tener.	No tengo suficiente energía para hacer demasiado	No tengo energía suficiente para hacer nada.
16. Cambios en los Hábitos de Sueño	No he experimentado ningún cambio en mis hábitos de sueño.	1 ^a . Duermo un poco más que lo habitual. 1b. Duermo un poco menos que lo habitual.	2a Duermo mucho más que lo habitual. 2b. Duermo mucho menos que lo habitual	3 ^a . Duermo la mayor parte del día 3b. Me despierto 1-2 horas más temprano y no puedo volver a dormirme
17. Irritabilidad	No estoy tan irritable que lo habitual.	Estoy más irritable que lo habitual.	Estoy mucho más irritable que lo habitual.	Estoy irritable todo el tiempo.
18. Cambios en el Apetito	No he experimentado	1 ^a . Mi apetito es un poco menor que lo habitual.	2a. Mi apetito es mucho menor que antes.	3 ^a . No tengo apetito en absoluto.

	ningún cambio en mi apetito.	1b. Mi apetito es un poco mayor que lo habitual.	2b. Mi apetito es mucho mayor que lo habitual	3b. Quiero comer todo el día.
19. Dificultad de Concentración	Puedo concentrarme tan bien como siempre	No puedo concentrarme tan bien como habitualmente	Me es difícil mantener la mente en algo por mucho tiempo.	Encuentro que no puedo concentrarme en nada.
20. Cansancio o Fatiga	No estoy más cansado o fatigado que lo habitual.	Me fatigo o me canso más fácilmente que lo habitual	Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer muchas de las cosas que solía hacer	Estoy demasiado fatigado o cansado para hacer la mayoría de las cosas que solía hacer.
21. Pérdida de Interés en el Sexo	No he notado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo.	Estoy menos interesado en el sexo de lo que solía estarlo.	Estoy mucho menos interesado en el sexo.	He perdido completamente el interés en el sexo.

Fuente: Elaboración propia

Para recolectar la información de la población elegida, relacionada con su experiencia personal se hace uso de la entrevista semiestructurada que como menciona Sampieri (1991) se trata de una técnica que permite explorar temas específicos con preguntas abiertas o cerradas que el entrevistador planea previamente, a la vez que brinda flexibilidad para profundizar en aspectos que puedan surgir durante el desarrollo de la entrevista.

Entrevista

Para llevar a cabo la entrevista primero se realizó una prueba piloto, que hizo dar cuenta de que algunas preguntas necesitaban ajustes que facilitaran el entendimiento de las

participantes, que las invitara a expresar como se sienten y que pudieran relacionar las preguntas con experiencias y situaciones de su vida.

La entrevista está compuesta por 21 preguntas abiertas, que se dividirán en dos partes: la primera parte se trata de 9 preguntas en general no relacionadas con la música; en la segunda parte se escuchará una canción seleccionada previamente, para luego proceder a responder 12 preguntas que tienen que ver con la pertenencia al grupo de fans y la música.

Primera Parte

1. ¿Qué piensas de ti misma?

2. ¿Cómo te describes a ti misma?

3. ¿Qué esperas lograr en tu futuro?

- ¿Tienes grandes expectativas o te sientes desmotivada con respecto a tus metas?

Explica el por qué de tu respuesta

4. Cuando piensas en acontecimientos de tu pasado ¿Sueles recordarlos de forma positiva o negativa? ¿por qué? ¿Hay algún recuerdo en específico que te haya marcado más, si es así, podrías describirlo?

5. ¿Cuándo estas atravesando una situación estresante qué es lo primero que sueles pensar y por qué?

6.. Cuando te encuentras en una situación abrumadora ¿Tiendes a enfocarte solo en el problema sin considerar diferentes posibilidades, o piensas distintas maneras de solucionarlo?

Explica por qué

7. Si evaluaras la importancia de los problemas que has enfrentado ¿Consideras que los sueles percibir más grandes o más pequeños de lo que realmente son? ¿Por qué crees que los ves más grandes o más pequeños?

8. ¿Sueles sentirte culpable por situaciones difíciles que están fuera de tu control? ¿Por qué? Si la respuesta es sí, menciona una situación en la que sintieras que es tu culpa incluso aunque no tuvieras el control sobre los acontecimientos.

9. ¿Crees que la mayoría de tus experiencias y logros los ves de manera optimista, pesimista o te inclinas más hacia un balance entre ambas perspectivas, dependiendo de la situación que estés viviendo? ¿Qué te lleva a pensar esto y como afecta la forma en la que te ves a ti misma?

Segunda Parte (Escuchar la Canción Antes de Responder)

10. ¿Consideras que ser parte del grupo de fans ha influido en tu forma de ser? ¿Por qué? Si es así, menciona ejemplos de aspectos en los que el grupo de fans influyera en tu forma de ser

¿Has notado cambios en tu forma de ser luego de convertirte en fan? ¿Cuáles?

11. ¿Cómo definías tu personalidad antes de ser fan y como te defines ahora? ¿Crees que ser fan ha tenido una influencia en esto? ¿De qué manera?

12. ¿Qué cambios has notado en tus interacciones sociales desde que haces parte de este grupo de fans? Menciona cuales han sido algunos de estos cambios

13. ¿Qué te motiva a estar en contacto con miembros del grupo de fans por medio de redes sociales y demás medios de interacción?

14. ¿Crees que es más fácil conectar con alguien que comparte tú mismo fandom en comparación con alguien que no lo comparte? ¿Por qué?

15. ¿Qué tienes en común con las personas que hacen parte del grupo de fans aparte de la música? Menciona cuales son esos aspectos que sueles tener en común

16. ¿Luego de escuchar música como te sientes contigo misma? ¿De la canción que acabas de escuchar qué aspectos te han llevado a sentirte así y por qué? ¿Qué cambios notas en tu cuerpo?

17. ¿Cómo consideras que la música y ser fan ha influido en tu felicidad? ¿En que aspectos ha influido? ¿Cuáles son los contextos en los que consideras que eres más feliz?

18. ¿Crees que escuchar música tiene una influencia en la manera como ves el mundo?
¿Por qué? ¿De qué manera influye la canción que acabas de escuchar en esa manera de interpretar el mundo que te rodea?

19. ¿Cómo influye la música sobre las expectativas que tienes del futuro?
¿Como influye ser parte de un grupo de fans sobre las expectativas que tienes del futuro?
¿En qué aspectos influyen ambas cosas?

20. ¿Cómo crees que escuchar música te ayuda a cambiar la manera de interpretar situaciones difíciles? Menciona un momento que recuerdes en el que la música te ayudó a tener otra interpretación en una situación complicada

21. Si estas viviendo una situación abrumadora ¿De qué manera te ayuda la música a ver diferentes maneras de solucionarlo? ¿qué rol cumple la música en esas situaciones y que papel tiene el grupo de fans al que perteneces?

Caso: Grupo de Fans One Direction

El caso escogido para el estudio es el grupo de fans de One Direction, una banda formada en el programa de talentos The X Factor, el 23 de julio de 2010. La banda estaba integrada por Harry Styles, Louis Tomlinson, Niall Horan, Zayn Malik y Liam Payne. En 2015 uno de sus integrantes, Zayn Malik, se retiró de la banda, y a finales de ese mismo año, el resto de los integrantes anunciaron un descanso indefinido. Actualmente, todos los miembros tienen carreras como solistas. Gran parte del fandom sigue apoyando a cada uno de ellos, mientras que otros se han enfocado en apoyar a su integrante favorito o con el que más se identifican por su tipo de música. Además, cada integrante ha formado su propio grupo de fans, atrayendo a personas que no necesariamente fueron fans de One Direction en el pasado.

Lineamientos éticos

Los lineamientos que se tienen en cuenta para la investigación son: que en el consentimiento informado se aclare que tiene fines educativos y que se mantiene el anonimato. Adicionalmente, a todas las participantes se les brindarán los resultados de la investigación.

Consentimiento informado

Berro (2013) refiere que “el consentimiento informado se fundamenta en el respeto pleno a la dignidad humana, los derechos humanos y las libertades fundamentales” (p. 17), asimismo, menciona que el consentimiento informado es importante ya que le brinda autonomía a la persona, debido a que no solo se trata de que el individuo decida si quiere participar o no, sino que se le facilita toda la información, riesgos o implicaciones que pueda llegar a tener el estudio, la intervención, investigación, etc. Y que de esta forma tenga claro los fundamentos, y pueda tomar una decisión al disponer de toda la información necesaria.

Según el Ministerio de Salud Pública (2010) los procedimientos de investigación deben contar con la autorización del sujeto participante, la información respecto a los objetivos y la metodología del estudio se le deben brindar de una forma clara. Es fundamental tener en cuenta que todo consentimiento firmado puede ser revocado en cualquier momento de la investigación en caso de que el sujeto participante así lo solicite.

A continuación, se presenta el consentimiento informado:

Consentimiento informado

Yo _____, mayor de edad, identificada con cedula de ciudadanía No. _____, declaro que he sido informada e invitada a participar voluntariamente en la investigación denominada “Análisis de la influencia de la música en los síntomas de depresión de mujeres jóvenes. Estudio de caso: grupo de fans de One Direction Colombia”, realizado por Sara Echeverri, en el marco de sus estudios de psicología en la Corporación Universitaria Lasallista.

Entiendo que este estudio busca analizar cuál es la pertinencia de la música del género pop para el control de los síntomas depresivos de mujeres entre los 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia, haciendo uso del Inventario de depresión de Beck y de una entrevista semiestructurada para la recolección de los datos. Me han explicado que la información registrada será utilizada con fines educativos, será confidencial y que los nombres de los participantes serán reservados. Asimismo, tengo claro que puedo realizar cualquier pregunta con relación a la investigación, negarme a participar y que puedo retirarme del estudio en cualquier etapa de la investigación sin tener que dar explicaciones o sin sufrir afectaciones.

Entiendo que la recolección de la información se llevará a cabo a través de plataformas digitales como Google Forms y Zoom, y doy mi consentimiento para que mi voz sea grabada con el fin de analizar los datos obtenidos durante la entrevista.

Firma: _____

Fecha: _____

Protocolo

En primer lugar, se le debe enviar a cada participante el consentimiento informado. Se le explica a detalle de qué se trata la investigación, cuáles son sus objetivos y como se llevará a cabo la metodología. Una vez que la participante haya comprendido la información que se le ha proporcionado y este de acuerdo con los términos, debe devolver el consentimiento informado firmado. Posteriormente, se le realiza envío del Inventario de Depresión de Beck a través de la plataforma Google Forms; la prueba tomará aproximadamente 10 minutos en completarse.

Los resultados obtenidos en el BDI-2 determinarán la continuación del proceso. Si la puntuación total es de 0 a 9, la participante no presenta síntomas de depresión significativos y no podrá continuar en la investigación. Si la puntuación supera los 9 puntos, podrá seguir participando en la fase de entrevista.

Una vez se tengan los resultados y se confirme que continuará en el estudio, se le pide a la participante que escoja su canción favorita del género pop.

Para la aplicación de la musicoterapia en la población seleccionada, se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- **Aplicación Individual:** La musicoterapia se llevará a cabo de manera individual para cada participante.
- **Técnica pasiva:** Se empleará la técnica de musicoterapia pasiva, que según Divulgación Dinámica (2018), se centra en la escucha de la música, promoviendo la comunicación interna, así como la identificación y el reconocimiento de las emociones.

Antes de llevar a cabo la entrevista se saluda y se agradece por el interés en participar de la investigación, se recuerda una vez más el consentimiento informado y que la información respecto a los datos personales no será divulgada en ningún momento. Antes de comenzar a grabar las respuestas que brinda el participante se le pide el permiso para comenzar a hacerlo y se le pide a la participante que se coloque en una posición cómoda.

La entrevista se divide en dos momentos: en el primer momento se le realizan preguntas generales sobre la visión negativa del sí mismo, del mundo y del futuro, y sobre los errores en el procesamiento de la información; en el segundo momento se le indica al individuo que se ponga en una posición que considere cómoda y que escuche la canción que había seleccionado previamente, proponiéndole que se concentre en sus respuestas emocionales; después se procede a plantearle preguntas relacionadas con el grupo de fans al cual pertenece y la música. La entrevista se realiza de manera virtual por medio de la plataforma Zoom y tendrá una duración aproximada de 40 minutos. Se le indica que dé sus respuestas con base a las emociones y sentimientos que se han producido a la hora de escuchar la música.

Análisis de datos

El inventario de depresión de Beck fue aplicado en un total de 10 personas, de estas participantes 3 individuos obtuvieron 9 o menos de 9 puntos, por lo que no podían continuar participando de la investigación; de las 7 personas restantes 4 han participado en la entrevista semiestructurada, una de ellas como parte de la prueba piloto; de las siguientes 3 personas que han participado en la entrevista se ha encontrado que sus puntajes en el Inventario de depresión de Beck fueron los siguientes:

Tabla 3

Participantes

Sujeto	Edad	Puntuación
1	21 años	15
2	29 años	14
3	23 años	12

Fuente: Elaboración propia

Las puntuaciones indican que las participantes están ubicadas en una depresión mínima a depresión leve.

En relación con el objetivo 1, el cual expresa “explorar la influencia de la música en la visión negativa del sí mismo de mujeres entre 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia en el 2024” se ha encontrado lo siguiente: el sujeto 1 es capaz de describirse con cualidades positivas, pero hace referencia a que ser responsable le causa estrés: “soy muy responsable, pero a veces eso puede llegar a generar estrés en mí” (Sujeto 1), lo que puede mostrar que es exigente consigo misma, llevando a que se pueda tener una tendencia a juzgarse, como menciona Beck (1983).

Se podría decir que el sujeto tiende a verse como describe Beck (1983) respecto a la visión negativa de sí misma: con poca valía y se percibe como incapaz debido a sus

imperfecciones, especialmente para enfrentar sus problemas y controlar sus sentimientos. Su descripción acerca del llanto contrarresta con su respuesta en el Inventario de Depresión de Beck respecto a la afirmación de “lloro por cualquier pequeñez”,

Me siento como una persona débil de cierta forma porque lloro mucho, soy muy emocional, creo que me cuesta controlar mis sentimientos porque ante un problema mínimo siento que me derrumbo y que no voy a poder seguir haciendo las cosas. (Sujeto 1)

Aunque se destaca su voluntad de querer hacer las cosas: “pienso que soy una persona muy persistente a la hora de conseguir las cosas que quiero, cuando realmente quiero lograr algo hago lo posible para poder conseguirlo” (Sujeto 1). Se ha encontrado que, al relacionar su visión del sí mismo con el grupo de fans, su percepción de sí misma mejora, porque tiende a ver sus experiencias de una forma más agradable y se percibe un cambio dentro de sus interacciones sociales, evidenciado en lo siguiente:

A mí me cuesta hacer amigos y para confiar en alguien debo conocerlo muy bien, pero al ser parte de este grupo de fans he conocido muchas personas que considero mis amigas y también siento que estoy más abierta a hablar con estas personas porque tenemos el amor por 1D en común (Sujeto 1).

Los cambios notados en el sujeto tienen que ver principalmente con sus interacciones sociales, marcado en que antes le costaba más interactuar con otras personas, ahora puede interactuar más fácilmente con individuos que hacen parte de su fandom y se le ha hecho más fácil conseguir amigos; el sujeto lo refiere así:

El cambio que noto es que antes no tenía amigos y me costaba hacerlos, y ahora si hay muchas personas que considero como amigas gracias a este fandom, pero también creo que ser parte de este fandom me ha llevado a querer interactuar con otras personas con las que puede que no tenga tantas cosas en común y que hacen parte de mi día a día (Sujeto 1).

Se destaca que al tener intereses en común con los individuos que hacen parte del fandom estas interacciones sociales resultan más fáciles, y se da lo que McMillan y Chavis (1986) y Jenkins (1992) describen respecto a estos grupos, los cuales son una comunidad con interés en común, se identifican entre sí y generan un sentido de pertenencia; la participante reconoce que suele tener cosas en común con estas personas,

Creo que las cosas que tenemos en común sin contar con la música que suele ser muy similar no solo por 1D sino porque suelen escuchar música en inglés y pop, también creo que con muchas tengo en común los gustos por los libros que nos gusta leer, también a muchas les gustan las mismas series y películas que a mí me gusta ver (Sujeto 1).

La música también tiene un impacto positivo en la participante respecto a la visión de sí misma, va en concordancia con lo mencionado por Fernández (2021) sobre que la música sirve como una forma de interpretar su realidad personal y asimilar su entorno, porque le genera una sensación de calma, y se siente escuchada, “creo que la canción lleva a que me sienta así porque la letra me dice cosas que necesito escuchar, siento como que Niall me habla a mí al decir que soy hermosa y que necesito amor, me siento acompañada” (Sujeto 1). A su vez, la música produce felicidad en ella, especialmente al asistir a conciertos, menciona que

Yo creo que la música y ser fan ha influido en muchos aspectos buenos en mi vida, me ha brindado momentos que me generan mucha felicidad. Creo que los momentos en los que más soy feliz es cuando voy a un concierto (Sujeto 1).

En el Sujeto 2 se evidencia que es capaz de describirse de una forma positiva, pero a la vez se percibe la poca valía mencionada por Beck (1983) al afirmar que las personas la dejan a un lado, y que es una persona solitaria, “pienso que soy una persona inteligente con opiniones fuertes y claras. Al mismo tiempo soy una persona sola porque siento que cuando no te dejas dominar por lo que dice la sociedad te hacen a un lado” (Sujeto 2). El individuo se describía como fea y como que le costaba conectar con las personas, esto deja en evidencia su poca valía y a lo que hace referencia Beck (1983) respecto a su tendencia a menospreciarse. Al incluir sus

resultados del Inventario de depresión de Beck, se encuentra que la participante tiene la perspectiva de que “ha fracasado más de lo que hubiera querido” y que “me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho”, lo cual contrarresta con la definición de Beck (1983) sobre la visión negativa del sí mismo en relación con la tendencia a atribuir experiencias negativas en su vida a una falla o un defecto propio.

Al hacer parte del grupo de fans cambia esa perspectiva porque percibe que esas personas la entienden, la aceptan como es y comienza a formar amistades gracias a esto, generando en ella lo que McMillan y Chavis (1986) describen como sentido de pertenencia y que este grupo influye de alguna forma al sentirse comprendida.

En el fan club de 1D Venezuela conocí a los mejores amigos del mundo y me siento orgullosa de decir que hablo con algunos de ellos aún como 4 para ser exactos. Las memorias más increíbles las hice junto con ellos porque ellos entendieron que yo era tímida, que pensaba mucho y que mi mente iba más rápido que mis palabras porque era muy observadora y así me aceptaron (Sujeto 2).

Se puede interpretar que el individuo menospreciaba sus gustos al pensar que nadie era como ella, pero al descubrir un mundo en el que hay más personas como ella a las que le gustan las mismas cosas, similar a la descripción que ofrece Jenkins (1992) sobre que los grupos de fans tienen intereses en común, está más abierta a sí misma y a sus gustos, hace referencia a que:

Cuando conocí a mis amigos tuve que aprender a escuchar, a tener algunas habilidades básicas de comunicación. Además, yo me sentía medio rara porque pensaba que a nadie le gusta lo mismo que a mí y conocí un mundo lleno de gente igual, de artistas y de locos que como yo la música era su refugio (Sujeto 2).

Esto va de la mano con lo referido con Jenkins (1992), quien menciona que en estas comunidades se fomenta la comunicación como un medio importante para interactuar con los demás.

En cuanto a la influencia de la música se evidencia que está tiene un impacto positivo sobre ella, inspirándola a tener una mejor visión de sí misma y a sentirse valiosa, además de que cambia su perspectiva respecto a la soledad que ha percibido anteriormente en su vida, esto va en relación con lo referido por Fernández (2021) sobre la influencia que tiene la música en la realidad de una persona, esta ayuda a cambiar esa forma de interpretarse a sí misma. La participante refiere que

La canción que escuché es “You and me” de Niall Horan, es mi canción favorita y lo es por siempre porque me hace sentir que la soledad es mental, que sí soy valiosa y que, si hay alguien que quisiera estar conmigo (Sujeto 2).

Y a la vez que “me hace querer ser buena persona porque siento que mi persona especial también merece mi mejor versión” (Sujeto 2).

El sujeto 3 se percibe como incapaz a la hora de cumplir sus sueños, porque no piensa que pueda cumplir con todas sus metas; a pesar de que el sujeto cree que ha vivido adversidades en su vida, piensa que estas circunstancias la han hecho más fuerte para superar las situaciones difíciles de la vida, refiere que

A pesar de las adversidades que he tenido en la vida, no me he derrumbado tan fácilmente como he visto en demás casos, se podría decir que he vivido situaciones que me han hecho un poco más fuerte de lo que solía ser (Sujeto 3).

Realizando una revisión de las respuestas otorgadas en el Inventario de depresión de Beck, se ha encontrado que ha seleccionado las opciones de: “no valgo nada”, “he perdido la confianza en mí mismo” y “me siento culpable respecto de varias cosas que he hecho o que debería haber hecho”, tomando en cuenta lo referido por Beck (1983) se podría decir que tiene una visión de desgracia, poca valía, con tendencia a menospreciarse y juzgarse a sí misma.

La participante tiene una percepción de que es incapaz de interactuar con otras personas sin experimentar ansiedad, pero este punto de vista cambia al interactuar con personas de su fandom porque le cuesta menos estar en contacto con individuos de su mismo grupo de fans,

esto contrarresta con la idea de Jenkins (1992) en relación con el desarrollo de habilidades de comunicación que se dan cuando se pertenece a un grupo de fans, a la vez que esto ha potencializado en ella la creatividad, que también puede tener que ver con lo referido por Jenkins (1992), respecto a que los fans no solo consumen de manera pasiva, sino que también crean cosas nuevas inspiradas en ese artista al que admiran, y la toma de decisiones.

Socialmente me costaba mucho hacer nuevas amistades o conocer gente nueva, me daba demasiada ansiedad. Pero, ser fan derrumbó eso, con las fans me puedo sentir cómoda y es como un lugar seguro donde todas sin importar que, están ahí por un mismo gusto, y nadie va a juzgar nada. También el tema que creativamente me ha ayudado mucho a explorar cosas que no imaginaba nunca verlas plasmadas en físico. También me ha ayudado a arriesgarme al momento de tomar decisiones (Sujeto 3)

La inclusión de la música crea en ella una visión positiva de sí misma debido a que genera esperanza y la pone de buen ánimo, los cuales son efectos emocionales y mentales que brindan bienestar, elementos que Llanga y Insuasti (2019) consideran que aporta la música,

Siempre que la escucho me pone de buen ánimo y me da esperanza, también me da como ese espíritu de aventura, de querer hacer algo diferente, influye la letra, que conozco el vídeo de memoria, el ritmo. Me hace sentir muy tranquila y relajada físicamente (Sujeto 3).

Demostrando que la música mejora la percepción que puede tener de sí misma, y la lleva a sentirse tranquila físicamente, lo que se relaciona directamente con lo que menciona Llanga y Insuasti (2019) sobre los efectos fisiológicos que puede aportar la música, generando una sensación de bienestar en el individuo.

En general, las 3 participantes tienen una mejor visión respecto a sus interacciones sociales al hacer parte del grupo de fans ya que han formado amistades gracias a esto y se les hace más fácil interactuar con personas de su mismo fandom, debido a que desarrollan unas mejores habilidades de comunicación al hacer parte del grupo de fans, tal como menciona

Jenkins (1992), además de crear una identidad en común por medio de esa interacción, esto mejora la visión que tienen de sí mismas. Todas las participantes tienen en común que escogieron canciones que les brindan mensajes positivos respecto a la vida plasmada en las letras, lo que ayuda a tener una mejor visión de sí mismas, que les da esperanza y producen una sensación de calma y tranquilidad en sus cuerpos; la preferencia por escoger este tipo de canciones en específico se relaciona con lo que menciona Ladining y Schellenberg (2012) respecto a que los patrones de escucha de una persona tiene que ver con las experiencias emocionales que están asociadas a esa canción o estilo musical.

El Sujeto 1 y el Sujeto 3 coinciden en que el momento en que más felices son es cuando van a un concierto y todo el proceso que esto implica, sin embargo, en el sujeto 3 se presenta una manifestación atípica al mencionar que estos momentos le producen felicidad, pero se resalta que no los considera válidos, como si lo viera aislado a las situaciones de su vida cotidiana “la música ha influido en los momentos más felices que he tenido en mi vida, aunque no suelen ser válidos porque son conciertos, pero, es cuando más feliz y libre me he sentido” (Sujeto 3), lo que lleva a que desvalore esos momentos al no considerarlos como algo válido.

El sujeto 2 expresa que a pesar de que ha tenido momentos de su vida difíciles y que ha pasado momentos malos, aun así, es capaz de percibir circunstancias felices que ha tenido por medio de la música, entonces sí se puede observar que ve la posibilidad de alcanzar la felicidad, y que como lo ha descrito Beck (1983) no le faltan cualidades para llegar a esta, lo cual expresa así:

Aunque estaba sola y sufría sin que nadie supiera, me la pasaba bien en mi cuarto con mi música a todo volumen. Soy más feliz cuando aprecio lo bueno dentro de lo malo, lo malo de la vida viene en el paquete y no se quita hay que aceptar que la felicidad viene con su poquito de malo y no es tan malo como uno cree, aunque duele (Sujeto 2).

Observando los criterios diagnósticos del trastorno límite de la personalidad en el DSM-V (2013) se ha encontrado que las participantes poseen ciertos rasgos de este trastorno, como en

lo que se describe como la inestabilidad en la autoimagen ya que se observa una baja autoestima evidenciado en el Sujeto 1 al momento de describir que se siente como incapaz a la hora de enfrentar sus problemas; el Sujeto 2 en cuanto a su tendencia a menospreciarse, junto con el sentimiento de vacío y soledad; el Sujeto 3 al expresar que es incapaz de alcanzar sus metas. Se encuentra una inestabilidad respecto a sus relaciones interpersonales, evidenciado en que fuera del grupo de fans les ha costado relacionarse con otras personas, mientras que en el otro extremo se encuentra que pertenecer a ese fandom las lleva a sentirse más cómodas y validadas a la hora de estar en contacto con otras personas. El Sujeto 2 al referirse a su miedo a estar sola, puede relacionarse con realizar esfuerzos para evitar el desamparo, lo que la lleva a buscar ese apoyo en el grupo de fans.

Finalmente, en relación con el objetivo, se puede concluir que respecto a la influencia que tiene la música sobre la visión negativa del sí mismo, se podría decir que suele tener un impacto bastante positivo en cuanto a la manera de verse a sí mismas; al escoger canciones con mensajes positivos se sienten inspiradas y calmadas, esto produce en ellas una sensación de compañía, de sentirse comprendidas, más valiosas y con esperanzas. A la vez que promueve la felicidad de las participantes porque sus experiencias de vida se ven impactadas en gran medida por la música, al ver que tanto el Sujeto 1 como el Sujeto 3 afirman que son más felices cuando asisten a un concierto, mientras que el Sujeto 2 hace referencia a que ha atravesado momentos complicados en su vida y aun así la música le ha ayudado a ver la parte positiva dentro de lo malo, que la música la acompañó durante esos momentos difíciles y que a pesar de tener esa sensación de soledad en el pasado, la música le brindaba felicidad y compañía al escucharla y cantarla en su cuarto.

Dentro del objetivo 2, descrito como: "Identificar la influencia de la música en la visión negativa acerca del mundo, en mujeres entre 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia en el 2024", se encuentra que el Sujeto 1 se enfoca principalmente en recuerdos negativos de su vida, percibía su entorno como hostil y de acuerdo a lo referido por

Beck (1983) lleno de obstáculos que no podía superar cuando se encontraba en el colegio, con falta de apoyo y con figuras de autoridad que le fallaron, lo que refuerza la idea que plantea Beck (1983), respecto a la visión negativa del mundo al ver su percepción de que el mundo le impone exigencias excesivas, la participante expresa que

Algo que recuerdo que me marco mucho fue en el colegio cuando un día unas compañeras me agarraron muy fuerte de los brazos al punto de que me estaban lastimando y me querían tirar agua en el pelo, otra compañera las vio, se asustaron y se fueron. En ese momento fuimos a hablar con un profesor que dijo que al día siguiente hablaría con las personas que me hicieron eso, pero nunca hizo nada al respecto (Sujeto 1)

Aunque se destaca que ha tomado medidas para superar estos sucesos por medio de terapia, los efectos que ha tenido en la forma de ver el mundo siguen presentes en la actualidad:

Es algo que siempre se ha quedado en mi mente y que me ha costado superar, he ido al psicólogo y creo que eso ha ayudado un poco a superar ese tipo de cosas de mi pasado que tanto me han afectado (Sujeto 1).

Sin embargo, se debe resaltar que a pesar de haber tenido experiencias negativas, la participante no es pesimista respecto a todos sus recuerdos: “si me pasa algo bueno soy capaz de reconocerlo y actuar en consecuencia, yo sé que me han pasado cosas buenas y que he cumplido muchas metas que me hacen feliz” (Sujeto 1), lo que indica que no deja que las malas circunstancias por las que ha pasado definan todas sus experiencias vividas, lo cual contrarresta con la idea de Beck (1983) respecto a que cuando se le alienta a una persona con depresión a ver otras explicaciones menos negativas, puede darse cuenta que esas ideas estaban equivocadas, entonces al ver el panorama más amplio puede ser consciente de que no todas las situaciones que ha vivido han sido negativas y es capaz de reconocerlo.

Gracias a la pertenencia al grupo de fans el sujeto ha desarrollado habilidades sociales, que según Jenkins (1992) es algo que se fomenta dentro de un grupo de fans, y abrirse a nuevas

experiencias, lo que refleja que puede ver el mundo de una forma más positiva y esperanzadora, donde se siente capaz de interactuar y conectar con los demás, Moscovici (1984) habla sobre el intercambio de ideas que existen en los grupos, que se da por medio de mensajes lingüísticos y no lingüísticos permitiendo que las personas influyan unas en otras, y el sujeto al hacer parte de una comunidad ha desarrollado esta capacidad de que influyan en ella y de que desarrolle diferentes habilidades comunicativas, el individuo refiere:

El hecho de estar más interesada en interactuar con personas con las que si comparto fandom me lleva a que a la hora de interactuar con otros en mi día a día sea más fácil y me sienta en la capacidad de hacerlo (Sujeto 1).

Al momento de intervenir con la música en esta participante se haya que tiene un efecto positivo, debido a que le permite ver diferentes expectativas respecto al mundo “me ayuda a ver otros puntos de vista o a pensar de otra forma si me siento muy abrumada con las cosas que están pasando en mi vida” (Sujeto 1), a la vez que se reducen las exigencias que pueda estar percibiendo del mundo, porque incluye la música en su vida cotidiana, haciendo que las actividades que realice sean más manejables, “si estoy haciendo un trabajo de la universidad que no requiera demasiada concentración escuchar la música me ayuda a que sea más ameno, si estoy sola en mi casa también siento que la música me acompaña” (Sujeto 1). Lo que muestra que según Fernández (2021), la música le sirve para comprender el entorno que la rodea, lo que le ayuda a agregar nuevos significados y conexiones con base a lo que este escuchando.

En cuanto al Sujeto 2 se ha encontrado que presenta una visión negativa del mundo, especialmente durante la adolescencia ya que según expresa estaba aislada, menciona que el mundo la hacía sentir que era fea y por eso se descuidaba en su imagen personal, reforzando la idea que plantea Beck (1983) de que el mundo le impone exigencias insuperables,

Recuerdo como a los 17 me sentaba sola en una acera a ver pasar las nubes y el día porque no tenía amigos, todos me convencieron de que era fea y yo dije pues ¿si soy fea para que me arreglo? así que no me peinaba ni me planchaba la ropa (Sujeto 2).

A la vez que destaca que, a pesar de haber vivido momentos felices y momentos duros, siempre tiende a recordar las situaciones negativas, y como expresa Beck (1983) los individuos con una visión negativa del mundo suelen tener una mayor inclinación por ver sus situaciones de una manera pesimista.

Al participar en el grupo de fans del que hace parte, su capacidad de hacer amigos y socializar mejora, lo que la lleva a percibir el mundo de una forma menos frustrante en comparación con antes y a cambiar esa perspectiva que describe Beck (1983) respecto a ver sus interacciones desde un punto de vista de fracaso o frustración, evidenciado en que:

Hice amigos y conocí gente increíble, incluso hice el fan club de The Vamps en Venezuela y pensé que nadie iría a las reuniones y la verdad fue un éxito. Me cuesta estar en grupos grandes de mucha gente, pero como que ahora no me juzgo, sé que tengo días donde soy más comunicativa y hay días donde no quiero nada y eso está bien (Sujeto 2).

La participante evidencia lo descrito por Jenkins (1992), respecto a la mejora en sus habilidades sociales a la hora de interactuar con su fandom.

Respecto a la influencia que tiene la música, el Sujeto 2 hace referencia a que, si puede llegar a tener un impacto, pero no siempre toma como una verdad absoluta todo lo que diga una canción o artista, “si creo que escuchar música influye en como ves el mundo, pero ya de adulto creer que porque una música te dice x o y entonces esa es la verdad” (Sujeto 2).

En el Sujeto 3, se evidencia lo siguiente: la participante muestra una tendencia hacia los recuerdos negativos como refiere Beck (1983) respecto a la visión pesimista de las experiencias de los sujetos, específicamente en

Un recuerdo que me marcó mucho fue cuando ambas hermanas se fueron de la casa y me dejaron sola, cuando sabían que tenía mucho miedo y sólo era una niña pequeña, y solamente volvieron a aparecer cuando ya estaba grande. (Sujeto 3).

Este suceso le ha llevado a sentirse abandonada, esto fue lo que describe Beck (1983) una exigencia excesiva que sentía no podía superar en ese momento, y esto sugiere una visión

del mundo limitante, creando una sensación de pesimismo y desamparo. Al pensar en sus logros podría estarlo viendo desde un punto de vista de frustración, ya que los está percibiendo de una manera neutral, y no percibe el éxito en estos,

Si logré algo era mi obligación, solamente de mi dependía de que se cumpliera o no.

Suele sentirse como que ningún logro me llena por así decirlo, y afecta de cierta manera cuando me enfrento a logros que yo creo que son importantes para mí, y a la final no siento nada, solo siento que debería terminarse y ya. (Sujeto 3).

Al incluir al grupo de fans de 1D, se resalta una evolución en la confianza, el liderazgo y las habilidades sociales de la participante. Su liderazgo demuestra lo descrito por McMillan y Chavis (1986) respecto a sentir que influye dentro del grupo, a la vez que posee un sentido de pertenencia al animarse a dar la iniciativa en muchas situaciones; a la vez que se observa en ella lo que refiere Moscovici (1984) sobre la influencia que ejerce una persona en otra, y esta participante al adquirir un rol de liderazgo, influye de alguna forma sobre las otras personas de su fandom. Esto es un cambio positivo en la percepción de su mundo, de una forma en la que no encuentra frustrante la interacción con otras personas y así ve de forma positiva la experiencia de relacionarse con integrantes del grupo de fans, el sujeto refiere

Un poco de liderazgo que no sabía que tenía, siempre era la que seguía lo de los demás, pero ser fan me ha ayudado a tener cierta forma de iniciar proyectos y liderarlos por completo. Suelo ser un poco más extrovertida de lo que era, solía estar muy encerrada en mí y no hablaba en ninguna situación social, ser fan me ha ayudado a que yo misma me meta en diferentes situaciones demasiado sociales que nunca pensé que podría estar. (Sujeto 3).

Se podría decir que, al incluir la música en su vida, la participante percibe el mundo de una forma más optimista, hace referencia a “la canción que acabé de escuchar siempre me pone a pensar en que al final llegará el día en que todo valga la pena, que siga ahí esperando y tratando, que tal vez no todo sea tan mal” (Sujeto 3), brindándole esperanza en su vida y el

mundo, lo que evidencia lo mencionado por North, Hargreaves, y Hargreaves (2004) respecto a que la música cumple una función de carácter emocional.

En este apartado, se ha observado que todas las participantes suelen tener una inclinación por recordar especialmente las situaciones negativas en sus vidas, lo cual resalta la idea planteada por Beck (1983) respecto a la tendencia que tiene una persona con la visión del mundo negativa a centrarse en acontecimientos difíciles de su vida. Pero esa visión cambia si se incluye la pertenencia al grupo de fans, debido a que las participantes han desarrollado mejores habilidades sociales, y poseen una mayor apertura a interactuar con otras personas desde que pertenecen a este grupo, y esto da como resultado que vean desde un punto de vista más positivo sus experiencias de vida, a la vez que se muestra que poseen las características que describen McMillan y Chavis (1986) sobre los miembros de un grupo de fans, en el que existe una cohesión de grupo, se sienten identificadas y hay un sentido de pertenencia. Esto va de la mano con lo dicho por Moscovici (1984) quien hace referencia a la colectividad existente dentro de los grupos en la que comparten mensajes lingüísticos y no lingüísticos, lo que permite que exista una influencia colectiva y que posean una misma visión del mundo

Adicionalmente, en las participantes se encuentran rasgos de una personalidad límite, se halla que tomando en cuenta al DSM-V (2013) las alteraciones podrían estar más marcadas en sus interacciones interpersonales, en la que es posible que de alguna forma estén idealizando esa relación ya que la visión negativa que tienen del mundo y las dificultades para interactuar pasan a un segundo plano cuando se incluye al grupo de fans, debido a que esto proporciona una mejor confianza al socializar y como se ve en el Sujeto 3, una evolución no solo en su confianza, sino también ha desarrollado habilidades de liderazgo.

Sobre la influencia que tiene la música en la visión negativa del mundo, se concluye que esta cambia al incluir la música en la vida de estos individuos, especialmente en los Sujetos 1 y 3 quienes perciben una visión más optimista del mundo que las rodea, al incluir la música en sus vidas logran cumplir las exigencias altas que perciben del mundo, a la vez que les hace pensar

de una forma más positiva con respecto a las experiencias de sus vidas. Por parte del Sujeto 2 se evidencia que no se deja influenciar por todo lo que diga una canción o un artista, pero si se ve que la música ha influido de alguna forma, ya que su impacto se ve más que todo por el lado de pertenecer al grupo de fans, y llevarla a hacer parte de este grupo se ha dado a través de la música, entonces al sentir que su capacidad de socializar mejora al relacionarse con su fandom, también se reduce su frustración relacionada con estar sola y aislada del mundo.

El objetivo 3, que se describe como: “examinar acerca de los síntomas relacionados con la visión negativa del futuro en mujeres entre 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia en el 2024”, muestra los siguientes resultados: El Sujeto 1 evidencia desmotivación y confusión respecto a su futuro, tiene una percepción de obstáculos insuperables, y se puede decir que como refiere Beck (1983) anticipa que ese sentimiento y que sus dificultades se mantendrán en el tiempo porque no ve esperanzas con respecto a las expectativas que tiene del futuro, el sujeto refiere lo siguiente:

No siento que actualmente tenga grandes expectativas, me siento más que nada desmotivada porque creo que lo que estoy estudiando no es a lo que me quiero dedicar entonces me encuentro perdida, las cosas en mi vida no están saliendo como lo esperaba porque yo quería vivir en otro país, pero en estos momentos no veo que eso sea posible en el futuro. Tampoco sé que voy a hacer, a que me voy a dedicar, y eso hace que este perdida respecto a mi futuro, respecto a lo que quiero hacer. (Sujeto 1).

Lo anterior concuerda con su respuesta dada en el Inventario de depresión de Beck sobre el pesimismo, en donde selecciona la opción “me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo”.

Al incluir la música y su pertenencia al fandom, se evidencia que la música la brinda motivación y esperanza respecto al futuro, al referir que

La música me hace tener esperanza en que podré superar los problemas y que podré conseguir las cosas que quiero, aunque también siento que me hace soñar e imaginarme

cosas que sé que nunca se van a cumplir, pero podría decir que lo principal es que me da motivación para seguir haciendo las cosas a pesar de todo, y esa es la manera en la que veo esperanzas en mi futuro. (Sujeto 1).

Entonces, la música influye en la manera en cómo la participante interpreta sus experiencias, tal como menciona Ladining y Schellenberg (2012), a la vez que esto puede indicar que sus preferencias musicales tienden a irse por un tipo de música, ritmo, género y letras que generen esa sensación de motivación en ella.

Y el grupo de fans le sirve como una red de apoyo, para enfrentar las situaciones difíciles que se puedan presentar al buscar cumplir sus metas

Creo que pueden ser como una red de apoyo a la que puedo acudir cuando me sienta mal, entonces eso también podría ayudarme a superar los momentos abrumadores de mi vida y no derrumbarme para cumplir mis objetivos a futuro. (Sujeto 1).

Dentro de esta relación con su grupo de fans, se evidencia lo referido por McMillan y Chavis (1986) de que en esta comunidad los fans deben sentirse recompensados por su participación, a la vez que esto potencializa la conexión emocional con los otros individuos, observado en que cuando se siente abrumada percibe un apoyo por parte de estas personas.

En general, aunque tenga una visión negativa del futuro, la música y hacer parte del grupo de fans disminuye esos sentimientos.

En el Sujeto 2 se evidencia que tiene una visión más positiva respecto a su futuro, puesto que tiene expectativas y espera poder lograr esas cosas que se propone sin importar que perciba que hay personas que opinen cosas malas al respecto, “tengo grandes expectativas. Soy una persona muy creativa y multipotencial. Espero poder vivir de mis pasiones. Tener mi propia casa y ser feliz sin importar lo que diga la gente cansona” (Sujeto 2). Esto concuerda con el Inventario de depresión de Beck, en el que hace referencia a que “no estoy desalentado respecto de mi futuro”.

Se muestra que la participante no considera que la música influya en las expectativas que tiene de su futuro, y que el grupo de fans tampoco influye tanto, pero que, si la lleva a querer ser más comprensiva en caso de que tenga hijos, ya que es algo que ella no ha recibido con sus padres, hace referencia a que

No siento que influya en las expectativas del futuro excepto que si mis hijos (si algún día tengo) y son fans de x grupo como madre me gustaría estar más involucrada. Mi mamá me llevo a mi primera reunión de fan club de los Jonas y dijo más nunca te traigo y yo si quisiera involucrarme más como mamá para no hacer sentir a mis hijos que son bichos raros. (Sujeto 2).

Respecto al Sujeto 3, se ha encontrado que en el pasado tenía expectativas acerca de su futuro “solía tener grandes expectativas cuando estaba de 17-18 años” (Sujeto 3), pero actualmente piensa que sus metas no se pueden cumplir “al pasar el tiempo se han ido reduciendo debido a que son metas demasiado fantasiosas para la realidad económica con la que vivo”, lo que podría dejar en evidencia lo que describe Beck (1983) respecto a que anticipa que sus dificultades se van a mantener en el tiempo y no va a poder tener grandes expectativas con respecto al futuro, contrarrestando con su resultado en el Inventario de depresión de Beck, respecto al pesimismo: “me siento más desalentado respecto de mi futuro que lo que solía estarlo”.

La participante reconoce que la música le da más esperanzas con respecto a los planes del futuro, esta variable causa que la manera en que interpreta las situaciones de su vida cambien, tal como ha mencionado Fernández (2021), quien hace referencia a que la música es un medio que sirve para interpretar su realidad y su entorno; y que considera que las fans sirven como un apoyo para las cosas que planea hacer. Con lo anterior deja en evidencia lo que McMillan y Chavis (1986) mencionan respecto a que se siente recompensada por hacer parte de esta comunidad, ya que las fans la siguen y la apoyan en sus planes. Refiere que “la música en sí da esperanza, da ánimos, las fans dan apoyó, ya que siempre están ahí para lo que planees

hacer, ambos influyen de la misma manera, pero en unas personas influyen con más fuerza que para otras". (Sujeto 3).

Respecto a la visión del futuro que tienen todas las participantes en general, se ha encontrado que existe una relación entre los Sujetos 1 y 3 puesto que no poseen grandes expectativas en su futuro porque tienen la percepción de que no van a poder cumplir con las metas que se habían propuesto en el pasado; mientras que el Sujeto 2 muestra una visión totalmente diferente al ser capaz de plantearse aspiraciones a futuro y de tener sueños que considera serán posibles cumplir.

En conclusión, en cuanto a la influencia que tiene la música sobre el futuro se ha evidenciado que el sujeto 2 no considera que esta tenga un gran impacto en las expectativas que tiene a futuro, solamente se encuentra que la inspira a ser más empática si llega a tener hijos, debido a su experiencia propia en la que no se ha sentido comprendida por su madre respecto a ser fan; se puede inferir que la música no tiene una influencia muy fuerte en su forma de ver el futuro, porque ya de por sí posee una visión positiva sobre su futuro y tiene expectativas. Mientras que el sujeto 1 y 3 tienen una visión negativa, y si consideran que la música les ayuda a tener esperanza en cuanto a sus logros del futuro, a la vez que consideran a su grupo de fans como un apoyo.

Al revisar el objetivo 4, descrito como: "reconocer los errores en el procesamiento de la información en mujeres entre 20 y 30 años que hacen parte del grupo de fans de One Direction Colombia en el 2024", se encuentra que el Sujeto 1 en cuanto a la inferencia arbitraria de acuerdo con lo referido por Beck (2005) suele llegar a una conclusión específica sin tener en cuenta la evidencia, cuando se enfrenta a una situación abrumadora lo primero que piensa es que no va a poder salir de esto, está generalizando su experiencia actual sin considerar otras posibles soluciones, "la verdad cuando tengo una situación que me genera demasiado estrés me encierro en mí misma, lo primero que pienso es en que no voy a poder salir de esto y solo quiero llorar" (Sujeto 1).

Por el lado de la abstracción selectiva, el Sujeto 1 se suele enfocar únicamente en el problema inmediato y en sus emociones negativas, y como Beck (2005), refiere que dejando de lado un contexto más amplio o posibles soluciones, la participante dice:

Como mencione anteriormente me encierro en mí misma y eso hace que no pueda pensar en posibles soluciones para ese problema, porque solo estoy enfrascada en esa situación que está ocurriendo y suelo pensar de forma negativa de que las cosas no se van a solucionar. (Sujeto 1)

En la generalización excesiva la participante ha creado una regla general que ha interpretado por varias situaciones, tal como hace referencia Beck (2005), respecto a que cuando la situación le genera estrés no va a poder salir de ahí, “lo primero que pienso es en que no voy a poder salir de esto y solo quiero llorar. Creo que esto me pasa cuando estoy en mi límite de estrés y siento que ya no puedo más” (Sujeto 1).

Al incluir el error en el procesamiento de la información de maximización y minimización, de acuerdo a la manera en cómo lo describe Beck (2005) se podría decir que la participante tiende a evaluar la importancia de una situación con una magnitud más grande de la que en realidad es, lo que significa que suele maximizar sus problemas, al referir que “suelo ver los problemas más grandes de lo que en realidad son porque me enfrasco en el problema y siento que es el fin del mundo cuando estoy pasando por un problema” (Sujeto 1).

Respecto a la personalización se evidencia que según Beck (2005) el sujeto suele culparse a sí misma por situaciones fuera de su control, como lo es el hecho de que está estudiando algo que no quiere, y sentir que no se debería quejar al ser privilegiada ya que su papá le paga el estudio, a la vez que se evidencia un sentimiento de culpa, “yo creo que a veces me pongo mucha presión a mí misma y eso hace que me culpe por cosas que sé que no puedo controlar y a pesar de ser consciente, muchas veces no puedo evitarlo”. (Sujeto 1).

En el individuo no se percibe un pensamiento absolutista o dicotómico, no muestra que vea sus experiencias desde un punto de vista extremo a otro como menciona Beck (2005), sino

que ve sus situaciones con un balance, dependiendo del acontecimiento que esté ocurriendo, "yo creo que la forma en como veo mis experiencias y logros va más dependiendo de la situación, no creo que siempre lo vea de forma optimista, o siempre de forma pesimista" (Sujeto 1).

El sujeto 2, respecto a la inferencia arbitraria si llega a una conclusión específica ante una situación difícil como expresa Beck (2005), lo primero que suele pensar es que se va a quedar sola, "con sinceridad mi mente siempre me dice que me quedaré sola" (Sujeto 2).

En la abstracción selectiva, el sujeto suele buscarle solución a sus problemas y no se queda estancada en estos, entonces no deja de lado las características presentes en la situación como refiere Beck (2005), porque suele buscar opciones y considerar diferentes soluciones, "busco diferentes maneras de solucionar; yo soy muy cobarde, pero cuando me he visto en situaciones que me ponen en algún tipo de peligro como que soy más proactiva y trato de buscar diferentes opciones" (Sujeto 2).

Considerando la generalización excesiva se observa que según Beck (2005) con base a varios hechos específicos la participante llega a la regla general de que es el fin del mundo y que se va a quedar sola: "que es el fin del mundo, con sinceridad mi mente siempre me dice que me quedaré sola" (Sujeto 2).

En la maximización y minimización, se podría observar la maximización reflejada en que existen situaciones de su pasado que siguen ocupando un espacio importante en su mente, pero a pesar de esto es capaz de reconocer que algunas cosas solo son pensamientos, y no necesariamente reales,

Creo que muchos los sigo viendo grandes y otros ya ni me acuerdo. Creo que los grandes son porque me marcaron más en la juventud o cuando era más joven, Igual entiendo que son solo pensamientos no son la realidad solo son reales en mi mente, pero eso no quita que sea fácil todos los días llevarlo. (Sujeto 2).

Se deja evidencia que no está haciendo una personalización, ya que según lo referido por Beck (2005) a pesar de reconocer que en el pasado si solía culparse por situaciones de las que

no tenía la culpa, en la actualidad no lo hace y menciona que es responsable con sus emociones, “antes sí, pero ya no tanto la verdad. Ahora trato de ser más responsable de mis emociones, es verdad que hay gente que nos hace cosas, pero es nuestra responsabilidad sanar” (Sujeto 2).

Respecto al pensamiento absolutista, tomando en cuenta lo referido por Beck (2005) se encuentra que la participante indica que la mayoría de sus logros los ve de manera positiva. Esto sugiere que, a pesar de tener experiencias negativas, tiene una inclinación hacia la apreciación de lo bueno; pero esto no significa necesariamente que todas sus experiencias las vea únicamente buenas, o únicamente malas, el sujeto refiere que “la mayoría de los logros los veo de manera positiva. Todo tiene algo bueno y algo malo, pero intento enfocarme en lo bueno, cambiar la perspectiva de lo que sea que me esté pasando” (Sujeto 2).

Observando las respuestas dadas por el Sujeto 3, se ha encontrado que: en cuanto a la inferencia arbitraria teniendo en cuenta a Beck (2005) la primera conclusión a la que llega el individuo ante una situación estresante es que debe dejar todo tirado e irse, y esto podría indicar que ignora que existen otras maneras de solucionar el problema: “cuando llego al límite del estrés suelo pensar en dejar todo tirado e irme a un lugar muy lejos de todo, y ya no tener responsabilidades de nada” (Sujeto 3).

En la abstracción selectiva se evidencia en el sujeto lo expresado por Beck respecto a que cuando pasa por un problema se suele enfocar únicamente en el problema sin encontrar solución. Pero se destaca que reconoce que puede salir de esa situación si se da un tiempo para analizar la situación con cabeza fría.

Normalmente al inicio suelo pensar solamente en el problema, sin encontrarle solución alguna, me enfocó en que fallé y estuvo mal. Sé que tengo que darme un respiro para pensar con cabeza fría la manera de encontrar como resolver la situación de la mejor manera. (Sujeto 3).

Tomando en cuenta la generalización excesiva, se podría decir que según lo referido por Beck (2005) llega a una conclusión general de que cuando pasa por una situación complicada

debería dejar todo tirado e irse, especialmente cuando siente que no es capaz de controlar el problema que está atravesando.

En cuanto a la maximización y minimización, la participante posee una tendencia a la maximización de los problemas porque cuando está atravesando la situación abrumadora la ve más grave de lo que es en realidad, y se da cuenta de esto después de que pasa el problema, y con esto se evidencia en lo que refiere Beck (2005) respecto a que distorsiona la manera en que ve su realidad al agrandar la magnitud de la mayoría de sus problemas,

Algunas veces, después de haber resuelto los problemas, me doy cuenta de que los veía más grande de lo que eran, porque pensaba sinceramente que no tendrían ninguna solución, sería totalmente culpa mía y me llenaría completamente la cabeza con eso. Pero al final me doy cuenta de que nuevamente me deje llevar por algo que al final no era tan grave y no tendría alguna consecuencia importante. (Sujeto 3)

Por el lado de la personalización, se evidencia la teoría de Beck (2005) en la que existe una inclinación a atribuir a sí misma situaciones externas sobre las que no tiene control, se evidencia en que se culpa a sí misma por situaciones familiares fuera de su control, refiere que

Cuando mis hermanas peleaban con mis papás, y cuando llegaron al límite de irse y dejarme, solía pensar que era mi culpa que lo hubieran hecho, que era mi culpa que mis papás se sintieran mal o enojados, aun cuando toda esa situación se salía de mis manos, y yo no era responsable de sus sentimientos. (Sujeto 3)

En cuanto al pensamiento absolutista, la participante muestra una tendencia a ver sus logros de una forma neutral

Normalmente no los veo ni de manera optimista ni negativa, lo veo de manera neutral, ya que si logré algo era mi obligación, solamente de mi dependía de que se cumpliera o no. Suele sentirse como que ningún logro me llena por así decirlo, y afecta de cierta manera cuando me enfrentó a logros que yo creo que son importantes para mí, y a la final no siento nada, solo siento que debería terminarse y ya. (Sujeto 3)

Esto, junto con el sentimiento de que hace las cosas por obligación puede demostrar que existe un pensamiento absolutista, ya que también limita la forma en que disfruta sus éxitos, llevando a que vea sus situaciones en un extremo más negativo, como hace referencia Beck (2005).

En conclusión, se ha encontrado que tomando en cuenta lo descrito por Beck (2005) todas las participantes demuestran tener una inferencia arbitraria puesto que suelen llegar a una conclusión en específico cuando están atravesando algún problema, sin tener evidencia de que siempre pueda ser así. En cuanto a la abstracción selectiva el sujeto 2 es capaz de buscarle solución a sus problemas, haciendo referencia a que es proactiva en situaciones de estrés, “soy más proactiva y trato de buscar diferentes opciones” (Sujeto 2), mientras que los Sujetos 1 y 3 hacen referencia a que necesitan procesar más la situación para poder encontrarle solución, porque en el momento en el que ocurre algún suceso problemático no encuentran la manera de salir de este o de solucionarlo. También se observa que suelen tener una generalización excesiva negativa respecto a diferentes ámbitos como que no van a poder salir de esa situación, que se van a quedar solas o la tendencia a querer escapar de las situaciones problemáticas.

Todas las participantes han demostrado una inclinación hacia la maximización de sus problemas, ya que acostumbran a ver sus dificultades más grandes de lo que en realidad son, aunque reconozcan que después se dan cuenta que no era tan grande como pensaban en un principio. Por parte de los Sujetos 1 y 3 se evidencia una personalización debido a que suelen culparse por situaciones que están fuera de su control, mientras que el Sujeto 2 si bien reconoce que el pasado si solía atribuirse la culpa, actualmente no lo hace. Respecto al pensamiento absolutista se halla que los Sujetos 1 y 2 suelen tener un balance en cuanto a las situaciones de su vida, no encuentran que absolutamente todas sus experiencias sean negativas, o que por el contrario todo lo perciban positivo; en comparación con el Sujeto 3 que hace referencia a una neutralidad en sus logros y experiencias, pero indica más que suele ver sus logros de una forma negativa debido a que esa neutralidad la ha llevado a no sentir emoción respecto a sus éxitos.

En este orden de ideas las principales distorsiones que aparecen en las participantes son la inferencia arbitraria, la generalización excesiva y la maximización de sus problemas.

Conclusión

De acuerdo con los objetivos planteados se puede decir que la música y el grupo de fans ha influido de forma positiva en la visión de sí misma, del mundo y el futuro que está presente en las participantes, y que ha brindado un control sobre los síntomas depresivos. En general, la música y la pertenencia al grupo les ha brindado consuelo en sus vidas, y esperanza sobre sus logros a futuro; también promueve un sentimiento de acompañamiento y aumenta la valoración propia. Se destaca que la participación en el grupo de fans ha permitido que los sujetos desarrollen habilidades sociales, mejorando su percepción de las interacciones y reduciendo la sensación de aislamiento que ha estado presente en el pasado; a la vez que han formado amistades que brindan una función de apoyo emocional en sus vidas.

Con el análisis de los errores en el procesamiento de la información se ha podido encontrar la tendencia a la inferencia arbitraria y la maximización, ya que suelen pensar que los problemas no tienen solución y que por lo general son percibidos más grandes de lo que en realidad son.

Para sintetizar, se concluye que la música si es importante a la hora de controlar los síntomas depresivos de las participantes, especialmente al brindar una visión positiva de sí mismas, el mundo y el futuro; se destaca que el grupo de fans también ha cumplido una función fundamental y que se ha consolidado como un grupo de apoyo a la hora de contener esos síntomas propios de la depresión y que las ha alentado a desenvolverse socialmente.

Tomando en cuenta los antecedentes agregados en la investigación se han encontrado concordancias con los autores Oviedo y Hernández (2022), los cuales destacan que la musicoterapia posee una mayor efectividad para tratar los síntomas depresivos si se realiza desde un espacio en el que el participante se sienta cómodo, esto concuerda con la presente investigación, en la cual se generó un espacio cómodo para los sujetos a la hora de escuchar la música. La música está presente en los momentos difíciles de sus vidas, ayudándoles a lidiar

con estos, coincidiendo con Aliano (2016), quien encontró el mismo resultado sobre el impacto de la música respecto a la visión que se tiene en las dificultades en las experiencias.

En relación con la efectividad de la musicoterapia, Blaco (2012) y Oviedo y Hernández (2022) señalan que se requieren múltiples sesiones para lograr un impacto en la sintomatología depresiva. En esta investigación, aunque solo se llevó a cabo una intervención, se ha observado que esta puede ser beneficiosa y que su impacto podría ser aún mayor con más sesiones. A pesar de ello, los resultados indican un efecto positivo en el autoconcepto y las expectativas de vida de las participantes. Se destaca que, aunque Navas (2023) cuestiona el impacto significativo de la musicoterapia, los hallazgos de esta investigación sugieren que la música ejerce un fuerte efecto en la vida de los sujetos, brindándoles una visión positiva sobre sus vidas.

En cuanto a la influencia que tiene el grupo de fans, se hallan semejanzas entre la autora Prieto (2023) y la investigación realizada, porque se destaca el impacto positivo que genera la pertenencia a este grupo en las personas, junto con la conexión emocional e identificación que se crea al relacionarse con individuos que poseen gustos similares.

Finalmente, en cuanto a la pertinencia del uso de la música para control de síntomas depresivos en mujeres jóvenes de 20 a 30 años que forman parte del grupo de fans de One Direction, se destaca su efectividad, ya que facilita una visión positiva de sus experiencias de vida al incorporar la música en su día a día. Es importante señalar que las canciones seleccionadas por las participantes contienen mensajes esperanzadores en sus letras, lo cual también puede haber influido en los resultados. Permitir que las participantes eligieran la canción de su preferencia resultó clave, ya que les facilitó el sentirse identificadas y comprendidas, promoviendo un pensamiento positivo sobre su autoconcepto y sus experiencias.

Recomendaciones

Dado que la investigación realizada ha sido poco explorada en esta población, se recomienda a futuros estudiantes o colegas interesados en el proyecto continuar profundizando en el estudio de la salud mental de personas pertenecientes a distintos grupos de fans. Esto permitiría comprender mejor la influencia de la pertenencia a una comunidad de fans y evaluar si existe alguna relación entre la pertenencia a grupos y los problemas de salud mental.

Se resalta la musicoterapia como una técnica de intervención valiosa para el manejo de síntomas depresivos en dicha población. Sería beneficioso, como han sugerido otras investigaciones, implementar múltiples sesiones de musicoterapia en futuros estudios para analizar si su efecto se intensifica o en qué medida resulta eficaz. Asimismo, se sugiere explorar su impacto en el tratamiento de otros trastornos para observar si la música favorece a estos individuos en áreas más allá de los síntomas depresivos.

Para ampliar esta investigación, podría resultar interesante explorar posibles rasgos de personalidad límite en grupos de fans, dado que en el presente estudio se identificaron características relacionadas, tales como: inestabilidad en la autoimagen, sentimientos de soledad y vacío, inestabilidad en las relaciones interpersonales e idealización de estas relaciones. Estos hallazgos abren la posibilidad de investigar cómo estos síntomas afectan la vida de los miembros del grupo de fans y cuáles son sus implicaciones en sus experiencias diarias. A la vez que, sería relevante analizar si la inclusión de la música puede tener un efecto beneficioso en la regulación de estos síntomas, lo que enriquecería el abordaje psicológico que se puede hacer dentro de esta población.

Para las participantes de la presente investigación se destaca que a pesar de que algunas de ellas han mencionado haber asistido a terapia psicológica en algún momento, se les recomienda ser persistentes en esto, es muy útil la ayuda que les puede brindar una terapia para el control de los síntomas depresivos; la música y el grupo de fans puede ser un complemento muy importante para su proceso terapéutico. La sugerencia para el grupo de fans en general va

por la misma línea, el fandom del que hacen parte es una buena red de apoyo, y mientras se sientan cómodas en dicha comunidad pueden acudir a este para buscar confort y apoyo, sin embargo, no hay que idealizar ni dejar de lado las limitaciones que estas personas puedan llegar a tener, y que en muchas ocasiones puede ser necesario y beneficioso buscar ayuda profesional.

Referencias

- Aller, R. (2020). ¿Entre fans y devotos?: Prácticas, creencias y simbologías de culto en el fandom de Harry Potter (Argentina). Universidad de Buenos Aires.
- Aliano, N. (2016). Música, afición y subjetividad entre seguidores del Indio Solari (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de La Plata).
- Arias Peña, M. O. (2022). Influencia de la musicoterapia en el manejo de la ansiedad en pacientes odontopediátricos en contexto COVID-19 en el Consultorio Dental Odontolagos-Lima 2021.
- Asociación Americana de Psiquiatría. (2013). DSM-5 Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5ta ed.). Editorial medica Panamericana.
- Barbosa, C., y Salgado, A. F. (2023). Desarrollo de la musicoterapia en Colombia. Universidad Nacional de la Plata.
- Beck, A. T. (1979). Terapia Cognitiva de la Depresión. Editorial Paidós.
- Beck, A. T. (1996). Inventario de Depresión de Beck. Recuperado de: https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatoria/s/070_psicoterapias1/material/inventario_beck.pdf
- Beck, A. T. (2005). Terapia cognitiva de los trastornos de personalidad. Paidos Iberica Ediciones S A.
- Beck, A. T., Rush- A. J., Shaw, B. F., y Emery, G. (1983). Terapia Cognitiva de la Depresión. The Guilford Press, New York
- Berro, G. (2013). Consentimiento informado. *Revista Uruguaya de Cardiología*, 28(1), 17-31.
- Blanco, J. J. (2012). Musicoterapia como alternativa terapéutica en la depresión. *Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala*.
- Blasco, S. P. (2001). Importancia de la musicoterapia en el área emocional del ser humano. *Revista interuniversitaria de formación del profesorado*, (42), 91-113
- Bruscia, K. E. (2006). Musicoterapia. Editorial Pax México.
- Bustamante-Sánchez, A.; Del Coso, J. (2020). Physical activity and depression in young women. *Journal of Sport and Health Research*. 12(1):1-17.
- Caicedo-Imbachi, DC (2022). *Musicoterapia como alternativa de intervención para la ansiedad y depresión en adultos: una revisión de estudios años 2012-2022 en Latinoamérica y España* (Tesis doctoral, Tesis de licenciatura Universidad Antonio Nariño, Colombia]. <http://repositorio.uan.edu.co/mango/123456789/7369>).

- Campos, E., Caño, M., Carrión, D., Díaz, T. A., Gallardo, C., Garcerán, B., y Buil, S. (2008). *Aplicaciones didácticas de la musicoterapia en el aula de primaria*. Ediciones Guillermo Castilla.
- Cañon, S. C., y Carmona, J. A. (2018). Ideación y conductas suicidas en adolescentes y jóvenes. *Revista de Pediatría Atención Primaria*, 20; 387-95
- Castillo, I. N., Diaz, M. I., y Olmedo, L. A. (2022). la preferencia musical y su relación con los síntomas de ansiedad y depresión en adolescentes. *PsicoSophia*, 4(1), 8-15.
- Castro Mora, L. G. (2022) Manejo de la depresión mediante musicoterapia en un grupo de adultos mayores pertenecientes al hogar gerontológico "Sueños Dorados" de la ciudad de Bogotá (Doctoral dissertation, Universidad Nacional de Colombia).
- Cavieres, Á., & López-Silva, P. (2021). La depresión como enfermedad: en defensa del modelo biomédico en psiquiatría. *Revista médica de Chile*, 149(2), 274-280.
- Copland, A. (2002). ¿Qué es la música? [What to Listen for in Music]. Paidós Ibérica.
- Del Cid, M. T. C. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista médica hondureña*, 89(Supl. 1), 46-52.
- Del Cid, M. T. C. (2021). La depresión y su impacto en la salud pública. *Revista médica hondureña*, 89(Supl. 1), 46-52.
- Dinis, J. y Bragança, M. (2018). Calidad del sueño y depresión en estudiantes universitarios: una revisión sistemática. *Ciencia del sueño*, 11 (04), 290-301.
- Espada, J. P., Orgilés, M., Méndez, X., & Morales, A. (2021). Problemas relacionados con la regulación emocional: Depresión y problemas de ansiedad. *Libro Blanco de la salud mental infanto-juvenil*, 1, 18-31.
- Fernández, J. A. (2021). Consumos musicales: Reflexiones de la historia de las mentalidades a la historia cultural
- García, J. C., López, I. G., & Sevilla, A. B. C. (2020). Beneficios de la musicoterapia como opción integrativa en el tratamiento oncológico. *Psicooncología: investigación y clínica biopsicosocial en oncología*, 17(2), 335-355.
- Gómez-Restrepo, C., Bohórquez, A., Pinto Masis, D., Gil Laverde, J. F., Rondón Sepúlveda, M., & Díaz-Granados, N. (2004). Prevalencia de depresión y factores asociados con ella en la población colombiana. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 16, 378-386.
- González Lugo, S., Pineda Domínguez, A., & Gaxiola Romero, J. C. (2018). Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector. *Universitas Psychologica*, 17(3), 63-73.
- Gordoa, M. E., Torres, E., del Campo, P., Montoya, B., & Cartagena, F. S. (2022). Experiencia de Musicoterapia en grupo con adultos jóvenes en un Hospital de Día. *Norte de Salud Mental*, 18(67), 80-89.

- Hernández, N. A. S., Ramírez, D. M., & Martínez, V. H. H. (2023). Estrés, ansiedad y depresión en adultos jóvenes y su relación con el estado nutricional. *Archivos en Medicina Familiar*, 25(5), 221-226.
- Imbachi, J. (2023). Musicoterapia Como Alternativa De Intervención Para La Ansiedad y Depresión En Adultos: Una Revisión De Estudios Años 2012-2022 En Latinoamérica y España.
- Jenkins, H. (1992). *Textual poachers: Television fans & participatory culture*. New York, NY: Routledge.
- Jiménez Morquecho, L. (2023). Comportamiento de los fanáticos del cine, animación y videojuegos. Universidad Católica de Cuenca.
- La Real Academia de la Lengua Española (2021). Recuperado de: <https://dle.rae.es/fan?m=form>
- Ladining, O., y Schellenberg E. G. (2012). Linking unfamiliar music: Effects of felt emotion and individual differences. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 6(2), 146-154.
- Llangua Vargas, E. F., & Insuasti Cárdenas, J. P. (2019). La influencia de la música en el aprendizaje. *Atlante Cuadernos de Educación y Desarrollo*, (junio).
- Londoño-Pérez, C., Cita-Álvarez, A., Niño-León, L., Molano-Cáceres, F., Reyes-Ruiz, C., Vega-Morales, A., & Villa-Campos, C. (2020). Sufrimiento psicológico en hombres y mujeres con síntomas de depresión. *Terapia psicológica*, 38(2), 189-202.
- López de la Vega, M. R. (2020). Musicoterapia grupal activa y depresión en pacientes del Hospital de Psiquiatría-CNS. *Revista de Investigacion Psicologica*, (24), 11-36.
- López, J. J. B. (2012). Musicoterapia como alternativa terapéutica en la depresión. *Guatemala: Universidad de San Carlos de Guatemala*.
- López, J. P. (2018). Efectos de un programa piloto de musicoterapia basado en la composición de canciones sobre los niveles de depresión en adultos mayores con deterioro cognitivo residentes de un hogar geriátrico privado de la ciudad de Bogotá. Universidad Nacional de Colombia
- Luna, C. B., & Vasco, A. F. S. (2023) desarrollo de la musicoterapia en colombia. *desarrollos disciplinares de la musicoterapia Construyendo redes desde y hacia el Sur*, 19.
- McMillan, D. W. & Chavis, D. M. (1986). Sense of community: A definition and theory. *Journal of Community Psychology*, 14, 6-23
- Ministerio de Salud. (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental.
- Ministerio de Salud Pública. (2010). Consentimiento informado. En: Cartilla de derechos y deberes de los pacientes y usuarios de los servicios de salud. Ordenanza N° 761/2010. Capítulo VII. Recuperado de: <https://www.impo.com.uy/bases/leyes/18335-2008/12>
- Moscovici, S. (1984). El campo de la psicología social. *Moscovici S. La psicología social I. Barcelona, España: Paidós*.

- Mosquera, E. L. C., Rodríguez, J. P. P., & Parra, P. M. P. (2022). Tendencias actuales sobre la depresión, factores de riesgo y abuso de sustancias. *Journal of American health*, 5(1).
- Naranjo, V. (2022). La musicoterapia como una nueva forma para el tratamiento de la depresión: una revisión sistemática.
- Navas Méndez de Andrés, F. (2023). Los usos de la música en la práctica clínica. Facultad de Medicina Universidad de Cantabria.
- North, A. C., Hargreaves, D. J., y Hargreaves, J. J- (2004). Uses of music in everyday life. *Music Perception*, 22(1), 41-77.
- Organización Mundial de la Salud (2017). La depresión es una de las principales causas de discapacidad, alerta la OMS. Mirada global Historias humanas. Recuperado de: <https://news.un.org/es/story/2017/02/1374181>
- Organización Mundial de la Salud (2023). Sitio web oficial de la Organización Mundial de la Salud. Recuperado de: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Othman, N., Ahmad, F., El Morr, C. y Ritvo, P. (2019). Impacto percibido de los determinantes contextuales sobre la depresión, la ansiedad y el estrés: una encuesta con estudiantes universitarios. *Revista internacional de sistemas de salud mental*, 13, 1-9.
- Oviedo Sanabria, C. D., & Hernández Callejas, R. A. (2022). La musicoterapia como herramienta para reducir el nivel de depresión en adultos mayores.
- Palacios, J.I. (2001). El concepto de musicoterapia a través de la historia. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorad*, 42, 19-31.
- Pérez Álvarez, M., & García Montes, J. M. (2001). Tratamientos psicológicos eficaces para la depresión. *Psicothema*, 13 (3).
- Quintero Quintero, R. D. P. (2020). La música y mi depresión: mirada introspectiva de mi relación con el repertorio, desde mi condición (trastorno depresivo recurrente).
- Retana, A. D. L. (2021). Factores de incidencia sobre el padecimiento de depresión en la población mexicana. *Revista Mexicana de Investigación en Psicología*, 13(1).
- Rojas-Bernal, L. Á., Castaño-Pérez, G. A., y Restrepo-Bernal, D. P. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis crítico. *Ces Medicina*, 32(2), 129-140.
- Ruggero, A. (s.f.). Musicoterapia. Conceptos generales y aplicaciones terapéutica. American Music Therapy Association
- Sampieri, R. (1991). Metodología de la investigación. Panamericana Formas e Impresos S.A.
- Schön, D., Akiva-Kabiri, L., y Vecchi, T. (2019). *Psicología de la música*. Alianza Editorial
- Universidad Nacional Autónoma de Honduras. (2016). Prevalencia de depresión, ansiedad, consumo de alcohol y factores asociados en personas mayores de 18 años en las zonas

de influencia atendidas por los médicos en servicio social. Unidad de Investigación Científica.

Villarreal, J. M. (2019). Análisis del desarrollo de la alianza terapéutica en Musicoterapia a través del discurso musical. *Revista de Investigación en Musicoterapia*, 3, 72-85.