

## Psicoballet, una herramienta clínica de integración social con beneficios a nivel biopsicosocial: Una revisión a la literatura.

### Psychoballet, a clinical tool for social integration with benefits at the biopsychosocial level: A review of the literature

\*Antonio Castillo-Paredes, \*\*Amador Cernuda-Lago, \*Constanza Nudman Gacitúa, \*\*\*Rosa Guadalupe Pech Pacheco, \*Annia Wilkomirsky

\*Universidad de Las Américas (Chile), \*\*Universidad Rey Juan Carlos (España), \*\*\*Ibero Red - Red Iberoamericana para la Cooperación y el Desarrollo de la Educación y la Cultura Física (México)

**Resumen.** La presente revisión tuvo por objetivo describir y analizar los artículos que evidencien la utilización del Psicoballet en la sociedad, a nivel teórico o práctico, en niños, adolescentes y adultos con desarrollo típico, en situación de discapacidad o necesidades educativas especiales. A través de la metodología utilizada por Kart & Kart, se detectó un total de 24 trabajos de investigación en los idiomas inglés y español en las bases de datos y sistemas de búsqueda de la información Scopus, WoS, Dialnet Plus, Pubmed, SciELO, Redalyc y Google Académico, mediante las palabras claves (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Niños”) OR (“Adolescentes”) OR (“Adultos”) o (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Niños”), (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Adolescentes”) o (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Adultos”), con un límite de 10 años. Los trabajos encontrados permitieron evidenciar el estado del arte del Psicoballet, la historia y los beneficios a nivel físico, emocional, educativo y social en niños, adolescentes, adultos con desarrollo típico, necesidades educativas o en situación de discapacidad. Finalmente, si bien el Psicoballet es una herramienta creada con un fin clínico de integración para personas con situación de discapacidad o con necesidades educativas especiales, en la actualidad su utilización es más amplia, evidenciando su uso en personas con desarrollo normal, adultos mayores o personas y niños vulnerados sexualmente, obteniendo los mismos beneficios a nivel biopsicosocial.

**Palabras claves:** Psicoballet, Danza, Necesidades Educativas Especiales, Desarrollo Típico, Sociedad, Universidad, Escuelas, Colegios.

**Abstract.** This review was developed through the methodology described by Kart & Kart, which allowed us to answer our research question: How is the use of Psychoballet addressed in society, at a theoretical or practical level, in children, adolescents and adults with normal development, disability situation, or special educational needs?, through the use of keywords and Boolean operators, a total of 24 research papers were detected in English and Spanish in the databases and information search systems as Scopus, WoS, Dialnet Plus, PubMed, SciELO, Redalyc and Google Scholar, using the keywords (“Psychoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Niños”) OR (“Adolescentes”) OR (“Adultos”) o (“Psychoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Niños”), (“Psychoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Adolescentes”) o (“Psychoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Adultos”), with a limit of 10 years. The works found made it possible to evidence the state of the art of the Psychoballet, the history and the benefits at a physical, emotional, educational and social level in children, adolescents, adults with typical development, educational needs or in a disability situation. Finally, although Psychoballet is a tool created with a clinical purpose of integration for people with disabilities or with special educational needs, currently its use is broader, evidencing its use in people with normal development, older adults, people and children sexually abused, obtaining the same benefits at the biopsychosocial level.

**Key words:** Psychoballet, Dance, Special Educational Needs, Typical Development, Society, University, Schools, Colleges.

---

Fecha recepción: 15-04-22. Fecha de aceptación: 09-12-22

Antonio Castillo-Paredes  
 acastillo85@gmail.com

### Introducción

De manera histórica la danza en sus inicios tuvo un sustento artístico, estético y técnico para su integración en la sociedad (Vallejos, 2014). Esta experiencia de expresión visual subjetiva permite la materialización de lo abstracto (Álvarez et al., 2018), de aquello que el sujeto desea comunicar a través de la expresión del cuerpo, el cual es un lugar donde ocurre la vida (Mora, 2015). Desde una mirada antropológica, la danza articula la exploración del pasado, presente y futuro de las identidades étnicas, raciales, religiosas y ontológicas del ser humano a través de este arte (Larraín, 2021). De esta manera, surgen posibles clasificaciones de la danza, pudiéndose encontrar la danza académica (Requena & Martín, 2015), danza clásica (Mora, 2008), danza moderna (Mora, 2017), danza contemporánea (Brozas-Polo & Vicente-Pedraz, 2017), danza tradicional (Pastor & Morales, 2021), danza folklórica (Aguilar-

Chasipanta et al., 2017), danzas religiosas (Daponte et al., 2020), danzas populares (Verano, 2019), y nuevas expresiones como la biodanza (Altamirano et al., 2021), musicoterapia (González, 2022), danza terapia (Henric & Ruiz, 2017) y el psicoballet (Cernuda & de Andrés, 2019).

El Psicoballet es un método psicocorrectivo creado en Cuba en el año 1973 con fines terapéuticos, conformado en categorías para la prevención, curación, habilitación, rehabilitación y reeducación (Fariñas, 1975; Fariñas, 2011; Fariñas & Gutierrez 1990). Como grupo en la UNESCO se constituyó en 1984 (UNESCO, 1990), y en 1986 creándose la sección de Psicoballet de la Sociedad Cubana de Psicología de la Salud (Bianchi, 2011). Los movimientos rítmicos acompañados de música clásica permiten la utilización de este placentero método de tratamiento en personas con desarrollo normal, en situación de discapacidad, o necesidades educativas especiales de todas las edades (Cernuda-Lago, 2013). En Cuba ha beneficiado a más

de 20.000 personas esta danza desde su creación (Cantillo et al., 2020), siendo utilizado en las áreas clínicas tales como trastornos alimentarios y enfermedades mentales, violencia sexual infantil, víctimas de la violencia de género, de esta manera, a través de este método terapéutico se permite la integración del sujeto en el arte y la ciencia (Cernuda, 2017).

A través de la danza, este método permite la obtención de beneficios a nivel cerebral (Orozco-calderón & Gil-Alvarado, 2018), mental (Padilla & Coterón, 2013) en la calidad de vida y en las emociones (Cabrera, 2015), y en la creatividad (Torrents et al., 2013). En niños y adolescentes, la danza tiene efectos positivos en la autoestima y el autoconcepto (Vergara et al., 2021), y en el caso de personas con esclerosis múltiple, permite la posibilidad de mantenerse activo físicamente y tomar conciencia de las emociones (Arévalo & Pacheco, 2022).

Es por esta razón, que, a través de lo anteriormente señalado, se requiere la inclusión de la danza en centros educativos, estos pueden ser en instituciones de educación superior (de Rueda & López, 2013), durante la formación docente (Troya & Cuellar, 2013) y en contextos escolares (López et al., 2020; Mateu et al., 2013; Vicente et al., 2010). De esta manera, los beneficios de la danza y del psicoballet descritos anteriormente podrían permitir la obtención, desarrollo e integración de los beneficios anteriormente declarados, siendo una opción complementaria educativa que utilizar, además de considerar la utilización de la expresión corporal (García, Pérez & Calvo, 2011). Ante lo evidenciado anteriormente, se planteó la siguiente pregunta de investigación, la cual es ¿Cómo se aborda la utilización del Psicoballet en la sociedad, a nivel teórico o práctico, en niños, adolescentes y adultos con desarrollo normal, en situación de discapacidad, o necesidades educativas especiales?

## Metodología

Para el desarrollo de la presente revisión, se realizó una búsqueda de investigaciones, la cual fue actualizada con fecha 28 de febrero del 2022. Durante la búsqueda, se utilizaron procedimientos similares Kart & Kart (2021) y desarrollados de manera reciente por Castillo-Paredes et

al. (2022), de esta manera, nos permitirá dar respuesta a nuestra pregunta de investigación: ¿Cómo se aborda la utilización del Psicoballet en la sociedad, a nivel teórico o práctico, en niños, adolescentes y adultos con desarrollo normal, en situación de discapacidad, o necesidades educativas especiales?

A través de esta metodología utilizada anteriormente por Luckner & Urbach (2012), desarrollada por Kart & Kart (2021), y desarrollada recientemente por Castillo-Paredes et al. (2022), se diseñó una estrategia de búsqueda, empleando palabras claves identificadas a través de la pregunta de investigación. La cual nos permitirá describir y analizar los artículos que evidencien la utilización del Psicoballet en la sociedad, a nivel teórico o práctico, en niños, adolescentes y adultos con desarrollo típico desarrollo normal, en situación de discapacidad, o necesidades educativas especiales.

Se consultaron las siguientes bases de datos y sistemas de búsqueda de la información, estos fueron Scopus (n= 0), WoS (n= 01), Dialnet Plus (n= 08), PubMed (n= 0), SciELO (n= 03), Redalyc (n= 15) y Google académico (n= 218), a través de las palabras claves (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Niños”) OR (“Adolescentes”) OR (“Adultos”) o (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Niños”), (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Adolescentes”) o (“Psicoballet”) OR (“Psico-ballet”) AND (“Adultos”). Para dar respuesta a nuestro objetivo de investigación, se incluyeron trabajos de revisión, actas de congresos, actas de simposios, tesis de grado, tesis de postgrado, artículos de revisión, investigaciones experimentales, cuasiexperimentales, ensayos clínicos y descriptivos en los idiomas inglés y español, publicados entre los años 2012 y 2022.

## Resultados

Finalmente, 24 estudios cumplieron nuestros criterios de selección. Estos trabajos de investigación evidenciaron los beneficios del psicoballet a nivel socio comunitario y a nivel individual o grupal a través de manuscritos, actas de congresos o foros internacionales, tesis de pregrado o postgrado, y artículos originales (Tabla 1).

Tabla 1.  
Resumen de los trabajos de investigación encontrados relativos al Psicoballet.

Autores	Muestra	Documento	Objetivo de la investigación
Aldecoa (2016)	Revisión bibliográfica de fuentes primarias y entrevista a 9 personas	Trabajo fin de máster	Realizar un proceso de análisis de la información basada en la búsqueda, identificación, selección, análisis crítico y descripción de la información existente, relacionada entre el baile y los estudiantes con TDAH, las ventajas y beneficios que aporta, y la creación de una Unidad Didáctica.
Aparicio (2019)	6 alumnos y 3 bailarines	Artículo original	Experimentar con la composición y la coreografía en grupo, reflexionar sobre las implicaciones de la toma de decisiones y la co-creación.
Cabezas (2013)	8 adultos mayores	Tesis de magister	Evaluar la eficacia de la técnica del psicoballet en la mejoría de la autonomía personal de los adultos mayores
Cantillo et al. (2020)	Experiencias del trabajo extensionista de la Universidad de la Habana que permitieron conocer el Proyecto Psicoterapéutico Psicoballet con más de 3 décadas de creado.	Artículo original	Socializar los resultados del impacto de las acciones desarrolladas desde el Proyecto comunitario ELAM- Psicoballet a favor de la formación integral y la calidad de vida de las comunidades intra y extrauniversitaria.
Cernuda (2013a)	8 documentos referenciados en	Artículo	No presenta objetivo concreto, pero el manuscrito realiza un “Análisis del psicoballet

	el documento		por 40 años”.
Cernuda (2015)	17 niños diagnosticados con TDAH	Acta de Congreso Internacional	Comprobar la eficacia del psicoballet con niños hiperactivos
Cernuda (2017)	Intervenciones clínicas y sociales para el desarrollo del Psicoballet en España	Capítulo de libro	No presenta un objetivo concreto, pero el capítulo del libro presenta el desarrollo cultural del Psicoballet a través de la Universidad Rey Juan Carlos, con aplicación clínica y social en España.
Cernuda & de Andrés (2019)	36 personas con demencia	Artículo original	Analizar las posibles diferencias en las puntuaciones de los participantes, antes y después de las sesiones de psicoballet a través del Profile of Mood States (POMS).
Cernuda-Lago (2013)	21 mujeres	Artículo original	Comprobar, en la población española, la aplicación del Psicoballet con orientación cognitivo-conductual en la recuperación de víctimas de abuso sexual.
Cernuda-Lago (2015a)	375 estudiantes de literatura de Danza	Acta del Foro Internacional	Evaluar los resultados de un programa de innovación en estudiantes de artes, realizado en el Instituto Universitario Danza Alicia Alonso de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid desde diferentes asignaturas, como psicología aplicada, psicología evolutiva y del aprendizaje motor, técnicas corporales, danzaterapia y psicoballet
Cernuda-Lago (2015b)	27 mujeres diagnosticadas de fibromialgia y en tratamiento farmacológico.	Acta de Congreso	Los cambios en el movimiento tendrán como consecuencia cambios a nivel psíquico y emocional
Cernuda-Lago (2019)	34 mujeres	Monográfico	Centrarse en experiencias relacionadas con la prostitución de mujeres inmigrantes y víctimas de explotación sexual, y valorar los efectos de las sesiones de psicoballet, de realidad virtual, y los efectos de las visitas
Figueroa-Cruz (2015)	60 niños y 20 adolescentes	Artículo original	Lograr una inclusión social con la mayor independencia posible de niños y adolescentes con multidiscapacidades.
Gonzalez (2016)	Literatura sobre la Danza	Tesis de grado (Monografía)	Analizar la danza en función de factores y constructos teóricos, desde la línea de trabajo de la Psicología Positiva, concepción de salud y calidad de vida.
Lugo et al., (2021)	1 adolescente diagnosticado con Síndrome de Down	Acta coloquio internacional	Diseñar, desarrollar e implementar un programa de Intervención Psicoterapéutica Gestalt junto al Método Psicoballet, y describir cómo a través de éste se logra en un adolescente con Síndrome de Down, la toma de conciencia de la existencia de las diferentes partes del cuerpo y de las relaciones recíprocas entre éstas, en situación estática y en movimiento, y de su evolución con relación al mundo exterior.
Montero (2019)	27 mujeres diagnosticadas de fibromialgia	Comunicación breve	Evaluar los efectos a nivel psíquico y emocional del arte en movimiento.
Miranda & Oporta (2016)	8 estudiantes con TEA	Tesis de grado	Analizar la efectividad de los métodos teach y psicoballet utilizados por la docente y terapeuta, para compensar el desarrollo de las habilidades y destrezas en las áreas de comunicación, socialización y autonomía, en niños que presentan Trastorno del Espectro Autista (TEA) del Centro “Años Mágicos”, del barrio Cuba, del Distrito II del Departamento de Managua, durante el II Semestre del 2015.
Oliva (2017)	Documentos relativos al psicoballet	Artículo de reflexión	No presenta objetivo concreto, pero el manuscrito realiza un “Análisis del psicoballet como propuesta en aspectos relacionados con el abuso sexual infantil”.
Pineda et al., (2012)	12 niños, 12 padres y/o madres y 8 profesoras	Acta de congreso	No presenta objetivo concreto, pero el manuscrito buscó realizar un estudio descriptivo sobre el conocimiento y algunas características del psicoballet en niños con Síndrome Down, pertenecientes al Círculo Infantil Especial “Zunzún”, municipio Playa, Ciudad de la Habana.
Schwall (2020)	Documentos relativos al ballet y psicoballet	Artículo original	No presenta un objetivo concreto, pero el manuscrito presentó los orígenes del psicoballet, desde una visión social, correctiva, integrada, y vivencias personales por parte de la autora.
Storino & Zorio (2015)	1 niña con TDA	Tesis de grado	Describir un fenómeno mostrando los detalles de sus diversas características y manifestaciones.
Tamayo (2021a)	30 estudiantes de Educación Especial	Artículo original	Mostrar una vía de reafirmación profesional pedagógica del Instructor de arte de danza.
Tamayo (2021b)	10 estudiantes con Síndrome de Down	Artículo original	Mostrar cómo los talleres de creación danzaria para el estudiante con esta discapacidad constituyen una vía para el logro de la reafirmación profesional pedagógica del Instructor de arte de danza que se desempeña en estos contextos.
Zambrano & Cedeño (2020)	37 bailarinas y 01 bailarín	Artículo original	Analizar los beneficios del psicoballet en personas con diversidad funcional en el Centro de estimulación e integración artística, Martha Terán en Portoviejo, Ecuador.

Fuente: Elaboración propia.

El trabajo de fin de máster de Aldecoa (2016), tuvo por objetivo realizar un proceso de análisis de la información basada en la búsqueda, identificación, selección, análisis crítico y descripción de la información existente, relacionada entre el baile y los estudiantes con TDAH, y las ventajas y beneficios que aporta, y entrevista a 9 personas que colaboraron con la investigación. Para la realización de esta tesis, se realizó una revisión bibliográfica de fuentes primarias y secundarias, además, se entrevistó a 9 personas del área del psicoballet, psicología, danza y pedagogía, que colaboraron en la búsqueda de la información para la elaboración del trabajo. El trabajo expuso los beneficios del baile y la expresión corporal, en alumnos de educación primaria diagnosticados con TDA-H, además, el trabajo incluyó una Unidad Didáctica como guía para el desarrollo

del baile y la expresión corporal para favorecer el desarrollo integral de los estudiantes. La autora concluyó que se pudo comprobar que varios métodos de baile, entre ellos el psicoballet, la danzaterapia, la danza inclusiva, la danza comunitaria y la expresión oral, tienen como objetivo principal que el estudiante sea consciente del conjunto de pensamientos, sensaciones, sentimientos y emociones que son parte de él, además de considerar el desarrollo del estado de alerta y atención.

En el artículo de Aparicio (2019), se realizó un proyecto “Educadanza” que tuvo por objetivo experimentar con la composición y la coreografía en grupo, reflexionar sobre las implicaciones de la toma de decisiones y la co-creación. En este estudio participaron personas con y sin discapacidad, 6 alumnos de Artes Escénicas, y 3 bailarines con

discapacidad intelectual del Psicoballet (adolescentes de 16 a 19 años). La intervención estuvo compuesta por 4 sesiones de 4 horas, y el estreno (16 horas) y 3 sesiones previas de formación (10 horas). Los participantes, realizaron prácticas de la compañía profesional de danza, mediante vivencias, sensaciones cognitivas y corporales, como investigación “sobre la juventud”, el cuerpo, el espacio, los sueños, o la amistad, para la creación de múltiples coreografías de manera grupal. Durante el proyecto, se potenció lo positivo del trabajo conjunto, co-creativo y colaborativo.

El trabajo de Magister de Cabezas (2013), tuvo por objetivo general evaluar la eficacia de la técnica del psicoballet en la mejoría de la autonomía personal de los adultos mayores. En la investigación participaron 8 adultos mayores (5 mujeres y 3 hombres (entre los 65 a 83 años, que no presentaban Alzheimer). Se realizó una intervención psicoterapéutica basada en psicoballet, durante tres meses con una sesión semanal (12 sesiones); las sesiones de psicoballet estuvieron compuestas por una parte inicial (saludo y calentamiento general), parte central (actividades a desarrollar, técnicas y habilidades, y metodología de los juegos, y en la parte final se realizó la recuperación. Los resultados obtenidos una vez aplicada la terapia, reportaron que el 75% presentó dependencia leve y el 25% entre moderada y grave, permitiendo una mejoría en la autonomía por parte de los adultos mayores luego de la psicoterapia. La investigadora concluyó que el psicoballet permitió el predominio de la ayuda mutua, contacto interpersonal positivo, fortalecimiento de la autoestima, interacción armoniosa entre ciencia y arte, vivencias positivas acerca del cuerpo, expresión y movimiento, autonomía, independencia, y relaciones sociales basadas en la motivación por parte de los adultos mayores.

El trabajo realizado por Cantillo et al. (2020), el cual tuvo por objetivo socializar los resultados de impacto de las acciones desarrolladas desde el proyecto comunitario ELAM- Psicoballet, en favor de la formación integral y la calidad de vida de las comunidades intra y extrauniversitaria. El trabajo presenta las experiencias del trabajo extensionista de la Universidad de la Habana que permitieron conocer el Proyecto Psicoterapéutico Psicoballet con más de 3 décadas de creado, de la Escuela Latinoamericana de Medicina (ELAM). Los autores concluyeron que el intercambio interuniversitario, fue beneficioso de manera esencial entre las instituciones, mediante la realización del proyecto comunitario ELAM-Psicoballet, con un efecto social intra y extrauniversitario, siendo a nivel intelectual, físico, espiritual y emocional.

Cernuda (2013a), desarrolló un artículo donde realiza un análisis relacionado con el arte social comunitario, y aplicaciones clínicas del psicoballet, 40 años de experiencia cubana a través de 8 documentos bibliográficos. Dicho documento, presentado en un congreso internacional, permitió evidenciar la terapia del psicoballet, su creación en Cuba, la llegada a España, los objetivos del psicoballet a nivel psicológico, fisiológico, pedagógico, social, estético y

artístico. El autor concluyó que el psicoballet, es un arte social y comunitario, de aplicaciones clínicas reconocidas por la UNESCO.

Con relación al documento de la colección de Acta de Congreso Internacional, Cernuda (2015) realizó una investigación que tuvo por objetivo comprobar la eficacia del psicoballet con niños hiperactivos. La muestra estuvo compuesta por 17 niños diagnosticados con TDAH. La propuesta desarrollada de psicoballet, se realizó en dos sesiones de 45 minutos semanales durante 6 meses. El investigador observó una mejora en la atención y concentración de los niños (informada por padres y profesores). El investigador concluyó que la danza favorece el desarrollo de la atención y concentración en niños con hiperactividad, pudiendo ser considerada como una terapia no farmacológica alternativa.

Además, Cernuda (2017), en su capítulo de libro, destaca el desarrollo del Psicoballet en España, a través de la Universidad Rey Juan Carlos, desde 1989. La adaptación y validación de este método, ha sido desarrollada en tres grandes áreas: estas son a) en víctimas de violencia de género, violación y explotación sexual; b) en pacientes con Parkinson y Alzheimer; y c) pacientes con trastornos alimentarios e imagen corporal, enfermedades crónicas tales como el VIH, cáncer de mama y en personas en situación de discapacidad. El autor concluyó que a pesar de que la bibliografía internacional sobre el uso del psicoballet no es numerosa, el uso de esta arteterapia permitió evidenciar resultados positivos en la reducción de la sintomatología de enfermedades mentales, mejoras positivas sobre la imagen corporal y social, siendo el psicoballet una herramienta de apoyo significativo reconocido por la UNESCO.

La investigación realizada por Cernuda & de Andrés (2019), tuvo por objetivo analizar las posibles diferencias en las puntuaciones de los participantes antes y después de las sesiones de psicoballet, a través del Profile of Mood States (POMS). Tuvo una muestra de 36 personas con demencia. Para dicha investigación, se aplicó un cuestionario POMS antes y después de cuatro sesiones de psicoballet. Luego de estas cuatro sesiones de psicoballet, se redujo la tensión, depresión y confusión del POMS, y aumentó el vigor significativamente. Los investigadores concluyeron que el psicoballet puede ser utilizado como una terapia no farmacológica en personas con Alzheimer y otras demencias, resultando ser beneficioso.

Por otra parte, Cernuda-Lago (2013) desarrolló una investigación que tuvo por objetivo comprobar, en la población española, la aplicación del Psicoballet con orientación cognitivo-conductual en la recuperación de víctimas de abuso sexual. La muestra estuvo compuesta por 21 mujeres que habían sufrido violación y con estrés postraumático, con una intervención de una duración de 90 minutos semanales por sesión de trabajo (60 minutos de danza-terapia y 30 minutos de sesión grupal de terapia cognitiva), por seis meses. Los participantes mostraron cambios positivos a nivel psicológico y corporal. Se concluyó que el uso de esta terapia permite la canalización y amplificación de

cualquier proceso terapéutico, evitar rigidez y la liberación de tensión memorizada por el cuerpo y el movimiento, y, además, el trabajo grupal permite la apertura espontánea a la comunicación y solución de conflictos, permitiendo una rápida recuperación.

El trabajo realizado por Cernuda-Lago (2015a), el cual tuvo por objetivo evaluar los resultados de un programa de innovación en estudiantes de artes, realizado en el Instituto Universitario Danza Alicia Alonso de la Universidad Rey Juan Carlos de Madrid, desde diferentes asignaturas, como psicología aplicada, psicología evolutiva y del aprendizaje motor, técnicas corporales, danzaterapia y psicoballet. La muestra estuvo compuesta por 375 estudiantes universitarios de los cursos de licenciatura de danza, antes visuales y danza. Al término del programa, los resultados obtenidos, indicaron que se encontraron diferencias significativas en valores y actitudes morales, en valores éticos y en preocupación empática en los datos recolectados. El investigador concluyó que, para el aprendizaje ético, el enfoque centrado en el estudiante y el aprendizaje por competencias con el empleo de metodologías activas es el indicado.

La investigación desarrollada por Cernuda-Lago (2015b), tuvo por objetivo básico que los cambios en el movimiento tendrán consecuencias a nivel psíquico y emocional. La investigación estuvo compuesta por 27 mujeres diagnosticadas con fibromialgia, y en tratamiento farmacológico. Luego de 20 sesiones de 60 minutos de psicoballet, y 30 minutos de técnicas cognitivas, semanalmente durante 5 meses, se obtuvo una reducción de la fatiga, ansiedad, depresión, de la percepción del dolor, aumento del vigor, mejora del autoimagen y autoestima. Se concluyó que la actividad físico-artística del psicoballet, permitió mejoras en la calidad de vida, comunicación, autoestima, vigor, reducción de la fatiga, y de la percepción del dolor en mujeres con fibromialgia.

El trabajo desarrollado por Cernuda-Lago (2019), tuvo por objetivo centrarse en experiencias relacionadas con la prostitución de mujeres inmigrantes y víctimas de explotación sexual, y valorar los efectos de las sesiones de psicoballet, de realidad virtual y los efectos de las visitas. La muestra estuvo compuesta por 34 mujeres (19 a 41 años) que ejercían la prostitución. El proyecto tuvo duración de seis meses, y se realizaron 48 sesiones de psicoballet y arteterapia escénica, 8 visitas guiadas a museos de arte y etnología, y 24 sesiones de nuevas tecnologías de apoyo a la psicoterapia cognitiva y sensibilización artística patrimonial, a través de realidad virtual. Los resultados indicaron que antes y después de las sesiones de psicoballet, hubo cambios significativos en puntuaciones relacionadas con la tensión, depresión, angustia, vigor, fatiga y confusión. El autor concluyó que el uso del patrimonio museístico y artístico para la reflexión y realización de psicoterapia cognitiva fue útil, positivo y humanizante. En cuanto a la relación con las prácticas de psicoballet, facilita la comunicación, movilización del cuerpo, liberación de tensión, y reducción de la ansiedad.

La propuesta desarrollada por Figueroa-Cruz (2015),

tuvo por objetivo lograr una inclusión social con la mayor independencia posible de niños y adolescentes con discapacidades. Contó con una muestra de 60 niños y 20 adolescentes. El programa se desarrolló en cuatro etapas: en la primera etapa hubo un diagnóstico inicial de las potencialidades y las necesidades de los niños y adolescentes; en la segunda etapa se desarrolló la planificación de capacitaciones para los maestros y profesionales, sobre aspectos teóricos-metodológicos que orientan la estrategia educativa (sala multisensorial, taller de psicoballet, taller de artes plásticas, atención a familiares de los niños y adolescentes estudiados y acciones sociales); la tercera etapa consistió en la ejecución de las actividades, con una duración de 8 meses, y la cuarta etapa fue la evaluación realizada por la maestra y los demás profesionales. A modo general, la implementación de los talleres psicopedagógicos tuvo un impacto positivo en niños y adolescentes, lo cual despertó en los niños procesos cognitivos de manera ascendente. Se concluyó que el sistema de juegos permitió una importante evolución cognitiva, permitiendo la articulación integral e interdisciplinaria con los demás talleres psicopedagógicos.

La tesis de pregrado de Gonzalez (2016), tuvo por objetivo analizar la danza en función de factores y constructos teóricos, desde la línea de trabajo de la psicología positiva, concepción de salud y calidad de vida. Para la creación de la monografía, se utilizaron artículos y documentos para el desarrollo del trabajo de investigación, relacionados con la calidad de vida, felicidad, bienestar, psicología positiva, la danza, el psicoballet y danza movimiento terapia. Los documentos analizados, evidenciaron el fortalecimiento del sujeto, considerando el uso del psicoballet como herramienta de vínculo entre el estado “estar-bien”, permitiendo atender disturbios emocionales, discapacidades, desarrollo del crecimiento del ser humano en sus relaciones, la integración social y cultural. Dentro de sus conclusiones, el autor señaló que, con relación a la danza, es una actividad que permite darse cuenta de estados emocionales, toma de consciencia, y con relación al ámbito académico y las herramientas psicológicas elaborar, reconocer y trabajar en aspectos para el bienestar.

Por otra parte, Lugo et al. (2021), desarrollaron un estudio de caso con un adolescente (15 años) con Síndrome de Down, que tuvo por objetivo diseñar, desarrollar e implementar un programa de Intervención Psicoterapéutica Gestalt junto al Método Psicoballet, y describir cómo a través de éste, se logra en un adolescente con Síndrome de Down, la toma de conciencia de la existencia de las diferentes partes del cuerpo y de las relaciones recíprocas entre estas, en situación estática y en movimiento y de su evolución con relación al mundo exterior. Para la investigación se diseñó un programa de 20 sesiones grupales (de 90 minutos cada una), donde se integraron componentes de psicoterapia Gestalt, y sesiones de psicoballet. Cada sesión estuvo compuesta por activación física, calentamiento y ejecución técnica de los movimientos básicos de la danza clásica, seguida por una segunda parte de ejercicios, juego y actividades terapéuticas enfocadas al esquema

corporal y emocional. En la fase intermedia (diez sesiones), se aplicaron procesos profundos de Gestalt (autocontrol, toma de decisiones, pensamiento reflexivo, reconocimiento y expresión emocional), y en la fase de cierre (cinco sesiones), se reforzaron habilidades de resolución de conflictos, autoapoyo, independencia y autonomía. Los resultados obtenidos relacionados con el esquema corporal fueron favorables para la flexibilidad, agilidad, conciencia de la postura y expresión corporal, coordinación postural, expresión emocional en cada situación, toma de iniciativa, uso de la respiración en la relación de situaciones, adecuación postural y control, movilidad y contacto con los demás. Los investigadores concluyeron que los resultados favorables en el desarrollo del sí mismo corporal del adolescente, permiten la proyección en la contribución al beneficio teórico de ambos métodos de terapia, permitiendo ser utilizados en otras poblaciones vulnerables.

La comunicación breve de Montero (2019), tuvo por objetivo evaluar los efectos a nivel psíquico y emocional del arte en movimiento. Contó con una muestra de 27 mujeres diagnosticadas de fibromialgia y en tratamiento farmacológico. Las mujeres participaron de 20 sesiones de 90 minutos (60 minutos de psicoballet y 30 minutos de técnicas cognitivas), semanalmente durante 5 meses. Los resultados obtenidos señalaron que existió una reducción de la fatiga, ansiedad, depresión, percepción del dolor y un aumento del vigor, autoestima y autoimagen. El investigador concluyó que la práctica del psicoballet, permite mejoras en la calidad de vida, fortalece la comunicación, mejora la autoestima, el vigor y reduce la fatiga y la percepción del dolor.

La tesis de grado de Miranda & Oporta (2016), tuvo por objetivo general, analizar la efectividad de los métodos teacch y psicoballet utilizados por la docente y terapeuta, para compensar el desarrollo de las habilidades y destrezas en las áreas de comunicación, socialización y autonomía en niños que presentan Trastorno del Espectro Autista (TEA) del Centro “Años Mágicos”, del barrio Cuba, del Distrito II del Departamento de Managua, durante el II Semestre del 2015. La muestra estuvo compuesta por 8 estudiantes con TEA (tres niñas y cinco varones), que asisten al turno de mañana. Para el levantamiento de la información se realizaron entrevistas y guías de observación al docente, terapeuta de psicoballet y padres de familia. Con relación al objetivo 2 de la investigación, el terapeuta de psicoballet señaló que el psicoballet es una terapia de grupo que posee una estructura, beneficiando la comunicación, desarrolla habilidades sociales, motrices, seguridad y confianza para alcanzar autonomía. Con relación al objetivo 4, el docente y el terapeuta expresaron que los estudiantes con TEA tienen necesidades y estilos de aprendizaje específicos a satisfacer, y que relacionar el psicoballet con el método Teacch, pretenden la armonía corporal para el reconocimiento del espacio y el desarrollo de rutinas, para favorecer la conducta de socialización con el medio. Se concluyó que, el método Teacch y el psicoballet constituyen una estructura de enseñanza y diseño de espacios, rutinas que

permiten favorecer el desarrollo de habilidades sociales, contacto, concentración, comprensión, atención, hábitos de higiene y adaptación educativa.

Por otra parte, Oliva (2017) en su manuscrito, si bien no presenta un objetivo concreto, presentó un análisis del psicoballet como propuesta en aspectos relacionados con el abuso sexual infantil. A través de la revisión bibliográfica de investigaciones y documentos informativos, reflexivos, entre otros, la autora presenta al psicoballet como una propuesta viable en la contribución a la autonomía de los niños abusados, mediante el uso del psicoballet, pudiendo ser un método eficaz en la sana socialización por medio del grupo de apoyo, conformado por bailarines, que también presentan deficiencias físicas, sociales e intelectuales.

Pineda et al. (2012), realizaron una investigación que no presentó objetivo concreto, pero el manuscrito buscó realizar un estudio descriptivo sobre el conocimiento, y algunas características del psicoballet en niños Síndrome Down, pertenecientes al Círculo Infantil Especial “Zunzún”, municipio Playa, Ciudad de la Habana. La muestra estuvo compuesta por 12 niños con Síndrome de Down (4 a 6 años), y luego de 10 meses se encuestó a 12 padres y/o madres y 8 profesoras. Los principales resultados indicaron que las profesoras (62,5%) reconocían nuevas habilidades en los niños, siendo las más importantes las de tipo motor, aprendizaje y socialización, y el 75% de los padres reconoció las nuevas habilidades de sus hijos. Los autores concluyeron que las profesoras destacan los logros obtenidos por los niños a través del psicoballet, y los padres reconocían los esfuerzos del estado en la atención integral de sus hijos para la mejora de la calidad de vida y la de sus familias que puede aportar este método.

El trabajo realizado por Schwall (2020), presentó los orígenes del psicoballet, desde una visión social, correctiva, integrada, y vivencias personales por parte de la autora. Ésta concluyó que el psicoballet vivió transformaciones significativas políticas y sociales, creado en un principio como tratamiento prometedor para personas en situación de discapacidad.

La tesis de pregrado de Storino & Zorio (2015), tuvo por objetivo describir un fenómeno mostrando los detalles de sus diversas características y manifestaciones. La investigación se desarrolló con una niña de 8 años diagnosticada con Trastorno por Déficit de Atención (TDA). Para el desarrollo de la investigación, en la fase inicial se desarrolló la evaluación de la línea de base (se aplicaron 5 pruebas), luego, en la fase de intervención se realizaron cuatro sesiones semanales de 90 minutos cada una, donde se aplicó la técnica del psicoballet en tres momentos, y posteriormente se realizó la fase de evaluación de la intervención. Luego de la intervención, se identificaron mejoras importantes en la atención y desempeño de la atención sostenida. Se concluyó que la implementación del psicoballet permitió identificar cambios en las pruebas de atención después de la intervención, mostrando una mejoría general en la atención de la niña, sin embargo, como la intervención fue corta, no permitió evidenciar cambios clínicamen-

te significativos.

Por otra parte, la investigación de Tamayo (2021a), tuvo por objetivo mostrar una vía de reafirmación profesional pedagógica del Instructor de arte de danza. La muestra estuvo compuesta por 30 estudiantes de educación especial (síndrome de Down), donde participaron de los 6 talleres de psicoballet durante 45 minutos. Se realizaron ejercicios dirigidos al desarrollo de la motricidad y el cumplimiento de una etapa definida en la metodología del psicoballet, realizándose procesos y fases tales como calentamiento físico, ejercicios técnicos y de expresión, los cuales fueron dirigidos por un especialista de danza, con la asistencia de un psicopedagogo. El taller 1 “Ejercicios básicos en la preparación” tuvo por objetivo ejecutar los ejercicios básicos de preparación como parte principal del taller, para desarrollar la expresión corporal en los talleristas; el taller 2 “Los siete movimientos naturales de locomoción: caminar, correr, saltar, girar, gatear, rodar y arrastrar”, tuvo por objetivo Ejecutar los siete movimientos naturales de locomoción para desarrollar una mayor expresión corporal en los talleristas; el taller 3 “Ejercicios de expresión corporal e improvisación”, tuvo por objetivo realizar ejercicios de expresión corporal y de improvisación para el logro de una buena proyección técnica para presentarse en función de movimientos coreográficos; el taller 4 “Montaje de una coreografía”, tuvo por objetivo reafirmar los ejercicios de expresión corporal para mayor limpieza en el montaje de coreografías; el taller 5 “Aprendizaje de los pasos básico del vals”, tuvo por objetivo ejecutar los pasos básicos del vals para la presentación en los 15 años colectivos de las estudiantes del centro; y el taller 6 “Aprendizaje del paso básico y las figuras del son cubano”, tuvo por objetivo ejecutar el paso básico, y las figuras del son cubano para una mayor proyección técnica en el montaje de la coreografía. El investigador concluyó que la actividad permitió establecer la comunicación entre los estudiantes, el desarrollo de autovalidismo, y la independencia personal por parte de los estudiantes con Síndrome de Down.

Además, un trabajo realizado por Tamayo (2021b), tuvo por objetivo mostrar cómo los talleres de creación danzaria para el estudiante con esta discapacidad, constituyen una vía para el logro de la reafirmación profesional pedagógica del instructor de arte de danza que se desempeña en estos contextos. La muestra estuvo compuesta por 10 estudiantes con Síndrome de Down. Los talleres de creación danzaria tuvieron una duración de 45 minutos cada uno; cada taller (6 talleres), tuvo un tema en particular, un objetivo, una metodología, y las actividades a realizar. Los resultados obtenidos fueron satisfactorios, permitiendo acentuar el conocimiento pedagógico del profesional. Finalmente, se lograron avances significativos en el desarrollo profesional, corroborando la importancia la combinación de ejercicio físico, el psicoballet y los recursos terapéuticos naturales de la música y la danza, permitiendo constatar el vínculo entre el arte y la pedagogía en la educación, desde el área clínica de la discapacidad, con

la integración del psicoballet como recurso terapéutico.

La investigación realizada por Zambrano & Cedeño (2020), consistió en analizar los beneficios del psicoballet en personas con diversidad funcional en el Centro de estimulación e integración artística, Martha Terán en Portoviejo, Ecuador. La muestra estuvo compuesta por 36 bailarinas y danzantes, mediante una entrevista semiestructurada a los padres de familia, cuidadoras, y maestras, con relación a los beneficios del psicoballet. Los resultados obtenidos, evidenciaron que en la pregunta ¿Cree Ud. que el psicoballet ha sido de gran ayuda para su hija?, se encontró que un 17% señaló la autoestima, un 17% bienestar emocional, 6% comunicación, 6% conducta, 12% desenvolvimiento escénico, 6% educación artística, 18% habilidades sociales, 6% imaginación constructiva, 6% motricidad y 6% relajación. Las investigadoras concluyeron que el psicoballet como tal, favorece el desarrollo motriz (postura, resistencia y equilibrio), la autoestima, autoconfianza, autonomía, relajación, diversión, paz, liberación de emociones, socialización y desenvolvimiento, y además de la función ejecutiva.

### Discusión

Se evidenció, a través de la revisión de la literatura, que los beneficios del psicoballet son individuales y colectivos (Cantillo et al., 2020; Figueroa-Cruz, 2015; Zambrano & Cedeño, 2020). Estos beneficios fueron adquiridos por personas en situación de discapacidad o con patologías (Aparicio, 2019; Cernuda & de Andrés, 2019; Cernuda-Lago, 2015b; Lugo et al., 2021; Pineda et al., 2012; Tamayo, 2021a;2021b), Necesidades Educativas Especiales (Aldecoa, 2016, Cernuda, 2015; Miranda & Oporta, 2016; Storino & Zorio, 2015), adultos mayores (Cabezas, 2013), estudiantes universitarios (Cernuda-Lago, 2015a), víctimas de abuso sexual (Cernuda, 2017; Cernuda-Lago, 2013; 2019; Oliva, 2017), y la obtención de estos beneficios evidenciados mediante la práctica de esta herramienta (Cernuda, 2013a; Schwall, 2020).

El Psicoballet, como terapia complementaria y no farmacológica, permite el fortalecimiento, desarrollo y mejora de las emociones, movilidad, motricidad, autopercepción, y autovalencia. Estos beneficios concuerdan con los reportados por Figueroa et al. (2009) y Cernuda (2013b), donde también evidencian que la utilización programas de intervención a través de la danza, estas influyen en el logro del crecimiento personal de la familia de quienes lo practican. De esta manera, se confirma que la práctica regular de la danza o ejercicio físico permite la disminución de los niveles de estrés en los usuarios (Marín, 2011), mejora en la autoestima, favorece el trabajo interior y permite la profundización de procesos psicológicos (Cernuda, 2017). En cuanto a procesos psicológicos, estos fueron confirmados mediante del Profile of Mood States (POMS) (de Andrés-Terán et al., 2019).

Estos efectos positivos del Psicoballet fueron evaluados a través de instrumentos (Cernuda & de Andrés, 2019), de

esta manera, la danza ofrece beneficios emocionales en personas con discapacidad o patologías clínicas (Cernuda, 2017). Por otra parte, Cernuda (2017) y Cernuda & de Andrés (2019) señalan efectos positivos en pacientes con patologías psiquiátricas. Estos datos concuerdan con los resultados obtenidos en la investigación realizada por Andrezza et al. (2022), donde concluyeron que el desarrollo de un programa basado en la Danza Brasileña permitió beneficios positivos en la cognición y un retraso en el deterioro cognitivo en pacientes con Parkinson.

Finalmente, si bien el psicoballet puede ser utilizado como reafirmación pedagógico profesional (Tamayo, 2021a; 2021b), diversas investigaciones han evidenciado los beneficios que trae consigo la incorporación de la danza en las salas de clases desde una mirada educativa (Amado, 2022; Arias & Fernández, 2022; Bonnin-Arias et al., 2021; López et al., 2020; Rial & Villanueva, 2016; Vicente et al., 2010), debido a que programas de intervención donde se utilice la danza contribuye a la salud mental (Padilla & Coterón, 2013), ya que la danza permite la expresión de las emociones del ser humano (de Rueda & López, 2013), contribuyendo en la promoción de estilos de vida saludable y al bienestar (Altamirano et al., 2021).

#### **Fortalezas y limitaciones de la revisión**

La presente revisión a la literatura se encuentra en concordancia con los procedimientos utilizados Kart & Kart (2021), para la búsqueda de la información, lo cual nos permitió encontrar la evidencia disponible sobre el Psicoballet a través de los procedimientos descritos por Luckner & Urbach (2012), y desarrollados de manera reciente por Castillo-Paredes et al. (2022).

A pesar de que es una herramienta clínica y pedagógica creada en 1973, solo se encontró casi un 47,8% de artículos, un 22,7% de tesis, 22,7% de actas de congresos o coloquios, y en menor cantidad se encontraron documentos de tipo comunicación breve, un monográfico y un capítulo de libro (6,8%). No todos los documentos recuperados, establecieron objetivos de investigación de manera clara, y en otros documentos, no se pudo evidenciar de manera concreta el objetivo del trabajo de investigación. Por otra parte, los trabajos encontrados no todos estaban disponibles, siendo dos de ellos encontrados a través de Researchgate mediante Google Académico, los cuales fueron actas de congresos. Claramente, esta limitación, no nos permitió dar a conocer con mayor profundidad desde un punto de vista teórico que es el Psicoballet creado por Georgina Fariñas y Alicia Alonso en Cuba. Ya que no todos los documentos originales o fundacionales de este estilo de danza se pudieron recuperar, entre ellos, libros originales que declaraban en profundidad que es el psicoballet, su origen en la creación, razones o motivos que las creadoras lo llevaron a utilizar como terapia clínica y no ser utilizado de manera transversal para toda la sociedad. Sin embargo, esto nos permite extender una invitación a profesionales del área de la investigación u otras áreas pertinentes de la pedagogía o de la salud a explorar nuevos

usos y beneficios de esta danza.

#### **Conclusiones**

Si bien, la teoría relacionada al Psicoballet es muy reducida desde su creación a la fecha. El análisis de las variadas investigaciones encontradas desde el área artística, pedagógica, y clínica del Psicoballet, nos permitieron evidenciar su utilización en poblaciones con Necesidades Educativas Especiales (NEE), personas en situación de discapacidad (PsD), desarrollo normal, adultos mayores, enfermedades crónicas, y personas en estado de vulnerabilidad (abuso de género o violaciones), entre otras.

En niños con TDAH el desarrollo del baile y la expresión corporal favorecen el desarrollo integral de los estudiantes, además de favorecer al desarrollo de la atención y concentración; para niños con y sin discapacidad permite la vivencia corporal y sensaciones cognitivas; en adultos mayores el fortalecimiento de la autoestima, independencia, autonomía, motivación entre otras; a nivel comunitario permite un efecto social a nivel intelectual, físico, espiritual y emocional; en personas víctimas de violencia de género, Parkinson y Alzheimer; con trastornos alimentarios e imagen corporal, enfermedades crónicas tales como el VIH o cáncer de mama el Psicoballet reduce la sintomatología de las enfermedades mentales, mejora la imagen corporal y social; además de contribuir en una mejora en la calidad de vida, comunicación, autoestima, vigor reducción de la fatiga en personas con fibromialgia, entre otros beneficios ya señalados anteriormente.

Gran parte de todas las investigaciones evaluadas en la presente revisión, nos permitieron llegar a la conclusión de que existe una concordancia positiva y significativa sobre los beneficios que se pueden obtener a nivel físico, psicológico, social y emocional, mediante la realización de sesiones de Psicoballet, ya sea a nivel terapéutico, recreativo, o pedagógico comunitario. Si, bien, en sus inicios nace como una terapia, esta permite favorecer el desarrollo integral de quienes la practican y además considera el desarrollo de la expresión corporal a través del baile.

Cabe señalar, que esta terapia creada en Cuba nace como un sistema de integración para la salud mental; sus aportes siguen siendo utilizados y extrapolados a la población en general, siendo España el principal divulgador de los trabajos encontrados para la presente investigación de dicha disciplina, reconocida por la UNESCO.

De esta manera, y para finalizar, el trabajo de revisión desarrollado nos permitió poder aproximarnos de manera concisa al mundo del Psicoballet, entregándonos nuevas aristas, tales como que las terapias de Psicoballet podrían ser utilizadas en el desarrollo de los programas de formación en carreras pedagógicas en las áreas de Educación Física, Educación Especial, Educación de Párvulos o Educación Básica y Media (Primaria y Secundaria), ya que permite la integración de distintas especialidades dentro del arte, la música, la danza y además de la Pedagogía.



### **Aplicaciones prácticas en base de la revisión**

Se sugiere la implementación de manera progresiva mediante las distintas áreas de vinculación con el medio artístico, de investigación y de las instituciones de educación superior, a partir de la implementación de programas de formación docente, en las áreas de pregrado y postgrado. Futuras investigaciones, pueden entregar nuevos antecedentes científicos, para discutir, examinar y debatir sobre sus beneficios, aplicaciones, poblaciones y contextos a beneficiar. Como es el caso de las mujeres embarazadas, donde se evidenció que la práctica de la danza podría disminuir algunos trastornos propios de la etapa gestacional, siendo una propuesta no riesgosa para el feto y la madre (Rodríguez & Padilla, 2022).

Otra manera de complementar mayormente los beneficios del Psicoballet, podría ser su aplicación a las clases de Educación Física, en sus distintos contextos escolares a lo largo de país, y de esta forma se podría avanzar y a su vez permitir el fortalecimiento del desarrollo de un ser humano íntegro a través de su vida a nivel escolar, para luego, al momento de ingresar a la Educación superior, tendrían el acompañamiento integrado en su ser de los innumerables beneficios que se obtienen mediante la práctica terapéutica del Psicoballet. Debido a que la actividad desarrollada a través de la danza permite la regulación de procesos cognitivos de los niños, tales como la ansiedad y agresividad (Pérez & Cernuda, 2020).

También sería importante proponer la realización de Talleres de Psicoballet en los niveles preescolares, tanto en establecimientos educacionales, como jardines infantiles, escuelas de lenguajes, centros integrales del desarrollo, guarderías, centros de atención al adulto mayor, hogares de acogida de personas, entre otras. Además, sería importante proponer la creación de una fundación que permita dar a conocer esta área, y al mismo tiempo poder recaudar fondos, para llegar a todas esas personas que no cuentan con los recursos económicos para desarrollar este tipo de terapias.

De esta manera, se podría realizar encuentros a nivel nacional o internacional de personas que se desarrollen dentro de esta metodología, e ir creando redes a lo largo del continente. Eso desencadenaría una gran ganancia a nivel emocional de cada una de las personas que pertenecen a estos grupos, en donde lo único que se busca es poder obtener una mejor calidad de vida para ellos y su propio entorno.

### **Futuras líneas de investigación**

Mediante este trabajo, se concluye que el desarrollo de propuestas, talleres o clases de Psicoballet, para la población en general. De esta manera, los beneficios del psicoballet mencionados en la presente revisión a nivel físico, psicológico, social y cultural, podría contribuir al desarrollo de las dimensiones básicas del ser humano íntegro, estas pueden ser neurofisiológico, cognitivo, psicológico, moral, vocacional y profesional, entre otras, abordado

desde la psicología y la pedagogía (Martínez, 2009).

Sin embargo, es necesario el desarrollo de más estudios clínicos con el objetivo de evidenciar las mejoras a nivel psicológico o físico en las personas que participan de este tipo de intervenciones, debido a que los estudios seleccionados para el desarrollo de este trabajo presentaron diferencias en sus muestras, metodologías, tiempo de intervención, e instrumentos de recolección de información para evidenciar los beneficios del psicoballet.

### **Agradecimientos**

Agradecemos a la Universidad de Las Américas por su apoyo en la iniciativa Open Access.

### **Referencias**

- Aguilar-Chasipanta, W., Bayas-Cano, A., Valarezo-Mendoza, E., & Galarza-Guamanquispe, C. (2017). Danza folklórica ecuatoriana: estudio comparativo para mejorar su enseñanza. *Educación Física y Ciencia*, 19(1), 1-8. <https://www.redalyc.org/pdf/4399/439952932009.pdf>
- Aldecoa, S. (2016). Influencia del baile y la expresión corporal en alumnos con TDA-H en Educación Primaria. *Innovaciones metodológicas para una educación inclusiva* (pp.71 - 109). España: Riberdis. <http://riberdis.cedd.net/handle/11181/5691>
- Altamirano, C., Castillo, E., & Rodríguez, I. (2021). Biodanza: revisión sistemática sobre los beneficios de una práctica emergente en la promoción de la salud y el bienestar (Biodanza: systematic review of the benefits of an emerging practice in the promotion of health and well-being). *Retos*, 39, 844-848. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.73348>
- Álvarez, A., Castillo, G., & Jacomino, A. (2018). La Danza como expresión del alma. *Revista Científica Cultura, Comunicación Y Desarrollo*, 3(2), 58-63. Recuperado a partir de <https://rccd.ucf.edu.cu/index.php/aes/article/view/172>
- Amado Alonso, D. (2022). Danza y expresión corporal como materia científica en el Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Dance and Body Expression as a scientific subject in the Degree of Physical Activity and Sports Sciences). *Retos*, 45, 1174-1187. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91308>
- Andreazza Duarte, M. V., dos Santos Delabary, M., Wolffenbuttel, M., & Nogueira Haas, A. (2022). Una propuesta de Danza Brasileña: Efectos en los niveles de cognición global de personas con la Enfermedad de Parkinson (A Brazilian Dance Proposal: Effects on Global Cognition Levels of People with Parkinson's Disease). *Retos*, 45, 591-597. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91303>
- Aparicio, E. (2019). (Algunos) Proyectos INCLUSIVOS para la Infancia y Juventud en el MUSEO REINA SOFÍA. *Tarbiya, Revista De Investigación E Innovación Educativa*, (47), 13-28. <https://doi.org/10.15366/tarbiya2019.47.001>
- Arévalo, M., & Pacheco, A. (2022). Expresión corporal, danza y esclerosis múltiple: beneficios emocionales en una intervención durante la contingencia de la COVID-19 (Body language, dance and multiple sclerosis: emotional benefits in an intervention during the COVID-19 contingency). *Retos*, 45, 34-42. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91470>

- Arias García, J. R., & Fernández Díez, B. (2022). Magnitud “tiempo” en Educación Infantil: su comprensión a partir de conexiones de la Expresión Corporal y la Danza con las matemáticas (Magnitude &quot;time&quot; in pre-school education: its understanding from connections of Body Expression and Dance with mathema. Retos, 45, 64–74. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91451>
- Bianchi, D. (2011). Reflexiones sobre las estrategias de intervención que incluyen los recursos del movimiento y la danza en instituciones educativas de enseñanza 9primaria. Seminario Modelos e indicadores de desarrollo y bienestar infantil (pp. 91-101. Espacio Interdisciplinario, Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. [https://www.rau.edu.uy/ei/ciip/seminario2011/Modelos\\_e\\_indicadores\\_de\\_desarrollo\\_y\\_bienestar\\_infantil.pdf](https://www.rau.edu.uy/ei/ciip/seminario2011/Modelos_e_indicadores_de_desarrollo_y_bienestar_infantil.pdf)
- Bonnin-Arias, P., Alarcón Rodríguez, E., & Colomer Sánchez, A. (2021). De la escena a las aulas: los artistas y la incorporación de la danza española y el baile flamenco a las enseñanzas generales (From the stage to the classrooms: artists and the incorporation of Spanish and flamenco dance into the general education). Retos, 40, 393–403. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i40.83262>
- Brozas-Polo, M. P., & Vicente-Pedraz, M. (2017). La diversidad corporal en la danza contemporánea: una mirada retrospectiva al siglo XX. Arte, individuo y sociedad, 29(1), 71-87. <https://doi.org/10.5209/ARIS.51727>
- Cabezas, I. (2013). Eficacia del psicoballet aplicado como terapia grupal en la mejoría de la autonomía personal de los adultos mayores. Informe final del Trabajo de Postgrado, previo a la obtención del título de Magister en Ciencias Psicológicas con mención en Psicoterapia. Instituto de Investigación y Postgrado. Quito: UCE. 99 p. <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/1152>
- Cabrera, A. M. (2015). Danza, bienestar y emociones positivas una mirada desde la psicología positiva. (tesis de grado). Universidad de la República, Montevideo, Uruguay. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/6098>
- Cantillo, H., Cala, M., Ortega, D., & Guilarte, C. (2020). ¿Cómo llegó psicoballet a la ELAM? Proyectos y convenios Interinstitucionales, en tiempos de la covid 19. Libro de investigación: Educación y Pedagogía 2020 (pp. 63-74). Cuba. <https://redipe.org/wp-content/uploads/2020/07/Libro-educacion-y-pedagogia-cidep-2020.pdf#page=113>
- Castillo-Paredes, A., Núñez-Valdés, K., Villegas Dianta, C., Villena Olivares, N., López Núñez, M., Fuentes-Rubio, M., & Núñez-Valdés, G. (2022). Teacher Training in Chile: Where Are Universities Looking? A Narrative Review. International Journal of Environmental Research and Public Health, 19(19), 12802. <http://dx.doi.org/10.3390/ijerph191912802>
- Cernuda, A. (2013a). Arte social comunitario y aplicaciones clínicas del psicoballet. 40 años de experiencia cubana. In I Congreso Internacional de Intervención Psicosocial, Arte Social y Arteterapia. <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/89896/1/Arte%20social%20comunitario%20y%20aplicaciones%20clinicas%20del%20psicoballet...pdf>
- Cernuda, A. (2013b). Efectos de un programa de intervención con danza sufi y técnicas de hipnosis kinética en mujeres afectadas de estrés postraumático: víctimas de violencia de género. In I Congreso Internacional de Intervención Psicosocial, Arte Social y Arteterapia. <https://digitum.um.es/digitum/bitstream/10201/89915/1/Efectos%20de%20un%20programa%20de%20intervencion%20con%20danza%20suf%20C3%AD...pdf>
- Cernuda, A. (2015). Efectos de un programa de psicoballet en la mejora de la atención en niños hiperactivos. In Libro de Actas del 3rd International Congress of Educational Sciences and Development (p. 468). Asociación Española de Psicología Conductual AEPC. [https://www.congresoeducacion.es/edu\\_web4/PROCEDING\\_2015/5.pdf](https://www.congresoeducacion.es/edu_web4/PROCEDING_2015/5.pdf)
- Cernuda, A. (2017). The Arts in Clinical Health Programs for the Recovery of Diseases and to Improve Quality of Life. In Case Study of Innovative Projects-Successful Real Cases. IntechOpen. <http://dx.doi.org/10.5772/intechopen.69344>
- Cernuda, A., & de Andrés, A. (2019). Beneficios del psicoballet cubano en el tratamiento de enfermos de Alzheimer. Validación psicométrica. Revista Información Científica, 98(2), 171-183. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1028-99332019000200171&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332019000200171&lng=es&tlng=es)
- Cernuda-Lago, A. (2019). Artes escénicas, nuevas tecnologías, patrimonio museístico y su aplicación como herramienta de cambio social con un grupo de víctimas de violencia y explotación sexual. Eikón/Imago, 8(1), 73-87. <https://revistas.ucm.es/index.php/EIKO/article/download/73404/4564456555347>
- Cernuda-Lago, A. (2013). Efectos de un programa de arteterapia cognitivo conductual con mujeres víctimas de violencia sexual. Libro de capítulos del VI Congreso Internacional y XI Nacional de Psicología Clínica (Santiago de Compostela, España) (pp. 101 – 106). Asociación Española de Psicología Conductual AEPC. [https://www.researchgate.net/profile/Olga-Escandell/publication/274698781\\_Programa\\_de\\_intervencion\\_temprana\\_para\\_un\\_nino\\_con\\_TEA/links/552578650cf25d66dc945a9f/Programa-de-intervencion-temprana-para-un-nino-con-TEA.pdf#page=101](https://www.researchgate.net/profile/Olga-Escandell/publication/274698781_Programa_de_intervencion_temprana_para_un_nino_con_TEA/links/552578650cf25d66dc945a9f/Programa-de-intervencion-temprana-para-un-nino-con-TEA.pdf#page=101)
- Cernuda-Lago, A. (2015a). La universidad como agente de cambio social. Efectos de un programa de formación en competencias de solidaridad en estudiantes de artes. In Proceedings del XI Foro Internacional sobre Evaluación de la Calidad de la Investigación y de la Educación Superior (8-10 de Julio 2014. Bilbao-España) (pp. 29-33). Asociación Española de Psicología Conductual AEPC. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7618540>
- Cernuda-Lago, A. (2015b). Efectos del Psicoballet en Fibromialgia. Libro de Capítulos del VIII Congreso Internacional y XIII Nacional de Psicología Clínica (Granada, España) (pp. 128 – 134). Asociación Española de Psicología Conductual AEPC [https://www.researchgate.net/profile/Leivy-Gonzalez/publication/321491221\\_RELACION\\_ENTRE\\_PERSONALIDAD\\_Y\\_CONDUCTAS\\_DE\\_SALUD\\_EN\\_PARTICIPANTES\\_DE\\_LA\\_UNIDAD\\_DE\\_CONSEJO\\_GENETICO\\_ONCOLOGICO\\_DE\\_GUADALAJARA\\_MEXICO\\_ISBN\\_978-84-697-2782-9/links/5a255d56a6fdcc8e86694007/RELACION-ENTRE-PERSONALIDAD-Y-CONDUCTAS-DE-SALUD-](https://www.researchgate.net/profile/Leivy-Gonzalez/publication/321491221_RELACION_ENTRE_PERSONALIDAD_Y_CONDUCTAS_DE_SALUD_EN_PARTICIPANTES_DE_LA_UNIDAD_DE_CONSEJO_GENETICO_ONCOLOGICO_DE_GUADALAJARA_MEXICO_ISBN_978-84-697-2782-9/links/5a255d56a6fdcc8e86694007/RELACION-ENTRE-PERSONALIDAD-Y-CONDUCTAS-DE-SALUD-)

- EN-PARTICIPANTES-DE-LA-UNIDAD-DE-CONSEJO-GENETICO-ONCOLOGICO-DE-GUADALAJARA-MEXICO-ISBN-978-84-697-2782-9.pdf#page=119
- Daponte, J. F., Díaz, A., & Cortés, N. (2020). Los Chunchos en La Tirana. Baile, música y memoria festiva en el norte chileno. *Interciencia*, 45(8), 361-369. <https://www.redalyc.org/journal/339/33964324002/33964324002.pdf>
- de Andrés-Terán, A. L., Pérez-Sáez, E., Cernuda-Lago, A., & Sánchez-Vázquez, R. (2019). Propiedades psicométricas del Profile of Mood States (POMS) en personas con demencia y su aplicación en la evaluación de los efectos de la danza creativa terapéutica. *Revista de Neurología*, 68(5), 190-198. <https://doi.org/10.33588/rn.6805.2018266>
- de Rueda, B., & López, C. E. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones (Music and creative dancing programme as a tool to transmit emotions). *Retos*, 24, 141-148. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34545>
- Fariñas, G. (1975). Psico-ballet: una experiencia. *Cuba en el Ballet*, 6(2), 12-17. [https://burjcdigital.urjc.es/bitstream/handle/10115/6274/CB1975\\_V6N2\\_p\\_12-17.pdf?sequence=4&isAllowed=y](https://burjcdigital.urjc.es/bitstream/handle/10115/6274/CB1975_V6N2_p_12-17.pdf?sequence=4&isAllowed=y)
- Fariñas, G. (2011). *Psicoballet; Ciencia y Arte*. Estados Unidos: Palibrio.
- Fariñas, G., & Gutiérrez, M. V. (1990). Psicoballet: programa de atención al minusválido. *Universidad Veracruzana, Repositorio Institucional*, 35, 36-37. <https://cdigital.uv.mx/handle/123456789/48225>
- Figueroa-Cruz, M. (2015). Sistema de juegos para la estimulación cognoscitiva en niños y adolescentes con multidiscapacidades en Ecuador. *VARONA*, (60), 47-53. <https://www.redalyc.org/pdf/3606/360637746008.pdf>
- Figueroa, M., Medina, P., Marrero, K., & Delgado, O. (2009). Terapéuticas no farmacológicas en jóvenes y adultos con discapacidad, desde la atención primaria de salud. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 8(1) [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2009000100021&lng=es&tln=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2009000100021&lng=es&tln=es)
- García Sánchez, I., Pérez Ordás, R., & Calvo Lluch, África. (2011). Iniciación a la danza como agente educativo de la expresión corporal en la educación física actual. Aspectos metodológicos (Initiation to dance as an educational agent of body expression in the current physical education. Methodological aspects). *Retos*, 20, 33-36. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i20.34621>
- González, D. (2022). Musicomotricidad: la música como herramienta psicomotriz en Educación Física (Musicomotricity: music as psychomotor tool for Physical Education). *Retos*, 43, 672-682. <https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.89717>
- Gonzalez, W. (2016). Bienestar y Felicidad a través de la danza: un movimiento interno/externo que aporta a la calidad de vida. (tesis de pregrado). Universidad de La República, Montevideo, Uruguay. <https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/handle/20.500.12008/7747>
- Henric, M. D., & Ruiz, S. C. (2017). Efectos de danzaterapia en atención, control instruccional, psicomotricidad e interacción social de internos psiquiátricos. *Revista Latinoamericana de Medicina Conductual/Latin American Journal of Behavioral Medicine*, 7(2), 69-77. <https://www.redalyc.org/pdf/2830/283057625004.pdf>
- Kart, A., & Kart, M. (2021). Academic and social effects of inclusion on students without disabilities: A review of the literature. *Education Sciences*, 11(1), 16. <https://doi.org/10.3390/educsci11010016>
- Larraín, A. (2021). Antropología de la danza. *Revista Colombiana de Antropología*, 57(2), 9-14. <https://doi.org/10.22380/2539472x.2011>
- López, N., López, A., & Vicente, G. (2020). La danza en Educación Física: análisis de los currículos autonómicos españoles de Educación Primaria (Dance in Physical Education: analysis of the Spanish regional curricula of Primary Education). *Retos*, 38, 517-522. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.77413>
- Luckner, J. L., & Urbach, J. (2012). Reading fluency and students who are deaf or hard of hearing: Synthesis of the research. *Communication Disorders Quarterly*, 33(4), 230-241. <https://doi.org/10.1177%2F1525740111412582>
- Lugo, R., De la Peña, A., Linares, G., & Guerrero, R. (2021). Psicoballet y esquema corporal en un adolescente con síndrome de Down: estudio de caso. In XVI Coloquio Internacional sobre Políticas Sociales Sectoriales. Los Retos de las POLITICAS DE BIENESTAR SOCIAL frente a la sociedad 5.0. <http://coloquio.ftsdyh.unal.mx/wp-content/Revistas-Coloquio/A7%2005%20Intervenci%C3%B3n%20Social.pdf>
- Marín, F. (2011). Efectos de la danza terapéutica en el control del estrés laboral en adultos entre 25 y 50 años. *Hacia la Promoción de la Salud*, 16(1), 156-174. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-75772011000100012](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772011000100012)
- Martínez, M. (2009). Dimensiones Básicas de un Desarrollo Humano Integral. *Polis (Santiago)*, 8(23), 119-138. [http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-65682009000200006&lng=es&tln=es](http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-65682009000200006&lng=es&tln=es)
- Mateu Serra, M., Giustina Baravalle, M., Gumà Marimon, X., & Sardà Crous, G. (2013). Proyectos educativos en danza: una realidad creativa en construcción (Educational projects in dance: developing a creative reality). *Retos*, 24, 154-157. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34549>
- Miranda, A., & Oporta, E. (2016). Efectividad de los métodos TEACCH y psicoballet utilizados por la docente y terapeuta, para compensar el desarrollo de las habilidades y destrezas en las áreas de comunicación, socialización y autonomía en niños que presentan Trastorno del Espectro Autista (TEA) del Centro "Años Mágicos", del barrio Cuba del Distrito II, del Departamento de Managua, durante el II Semestre del 2015. (tesis de pregrado). Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua, Managua, Nicaragua. <https://repositorio.unan.edu.ni/2729/>
- Montero, R. (2019). Efectos del psico-ballet reforzado a través de las danzas afrocubanas como terapia para la fibromialgia. *Revista Médica Electrónica*, 41(1), 196-202. Recuperado en 02 de marzo de 2022, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1684-18242019000100196&lng=es&tln=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242019000100196&lng=es&tln=es)
- Mora, A. S. (2008). Cuerpo, sujeto y subjetividad en la danza clásica. *Questión*, 1 (17). <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/31861>
- Mora, A. S. (2015). El cuerpo como medio de expresión y como instrumento de trabajo: dualismos persistentes en el mundo de la danza. *Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas*, 10(1), 115-128. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5854995>

- Mora, F. J. (2017). La representación contra-hegemónica de la negritud: La Perla Negra, entre la rumba y la danza moderna (1913-1928). *Sinfonía Virtual*, 32. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/70713>
- Oliva, K. (2017). Psicoballet, como técnica psicoterapéutica de intervención en niñas de 6 a 12 años de edad con abuso sexual infantil, de una institución pública de la zona metropolitana de Guadalajara. *Revista de la Universidad del Valle Atemajac*, 89, 64-70. [https://www.univa.mx/publicaciones/revistas/2017/Revista\\_diciembre2017.pdf#page=64](https://www.univa.mx/publicaciones/revistas/2017/Revista_diciembre2017.pdf#page=64)
- Orozco-Calderón, G., & Gil-Alvarado, K. R. (2018). Beneficios cognitivos cerebrales de la práctica de la danza. *Ciencia & Futuro*, 8(3), 142-160. [http://revista.ismm.edu.cu/index.php/revista\\_estudiantil/article/view/1639](http://revista.ismm.edu.cu/index.php/revista_estudiantil/article/view/1639)
- Padilla, C., & Coterón, J. (2013). ¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática (Can we improve mental health dancing?: A systematic review). *Retos*, 24, 194-197. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34556>
- Pastor, R., & Morales, Á. (2021). Didáctica de la danza tradicional para la escuela: revisión bibliográfica. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (41), 57-67. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7944696>
- Pérez, M., & Cernuda, A. (2020). La actividad artística como regulador de los procesos de ansiedad y agresividad en niños. *Revista Portuguesa De Educação*, 33(2), 226-239. <https://doi.org/10.21814/rpe.17739>
- Pineda, E., Gutiérrez, E., & Barthelemy, G. (2012). El psicoballet aplicado a niños Síndrome Down en el Círculo Infantil Especial. In X Seminario Internacional de Atención Primaria de Salud-Versión Virtual. <http://www.cimfcuba2012.sld.cu/index.php/xseminarioAPS/2012/paper/view/440/227>
- Requena, C. M., & Martín, A. M. (2015). Estudio de convergencia entre perspectivas de enseñanza y estilos de aprendizaje en la danza académica. *Revista de Estilos de Aprendizaje*, 8(15). <https://revista.ieee.es/index.php/estilosdeaprendizaje/article/view/1034>
- Rial Rebullido, T., & Villanueva Lameiro, C. (2016). El Flashmob como propuesta de innovación educativa en expresión corporal y danza (Flashmob as a proposal for educational innovation in body expression and dance). *Retos*, 29, 126-128. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i29.35394>
- Rodríguez Bernal, C., & Padilla Moledo, C. (2022). Efecto de la práctica de danza durante el embarazo sobre la salud de la madre y el feto. Una revisión sistemática (Effect of dance practice during pregnancy on mother's health and fetus's health. A systematic review). *Retos*, 45, 446-455. <https://doi.org/10.47197/retos.v45i0.91472>
- Schwall, E. (2020). Prescribing Ballet: A History of Gender and Disability in Cuban Psicoballet. *Gender & History*, 32(2), 373-392. <https://doi.org/10.1111/1468-0424.12479>
- Storino, L. & Zorio, A. (2015). Efectos de la práctica del ballet clásico (psicoballet) sobre el déficit de atención de una niña de ocho años de edad (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. <http://hdl.handle.net/10554/21325>
- Tamayo, R. (2021a). La reafirmación profesional del instructor de arte mediante la integración pedagógico artística. *EduSol*, 21(75), 185-194. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-80912021000200185&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-80912021000200185&lng=es&tlng=es)
- Tamayo, R. (2021b). Talleres de creación danzaria para niños con necesidades educativas especiales. *Opuntia Brava*, 13(3), 1-13. <http://opuntiabrava.ult.edu.cu/index.php/opuntiabrava/article/view/1391>
- Torrents, C., Hristovsk, R., & Balagué, N. (2013). Creatividad y emergencia espontánea de habilidades de danza (Creativity and dance skills emergency). *Retos*, 24, 129-134. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34543>
- Troya, Y., & Cuéllar, M. J. (2013). Formación docente y tratamiento de la danza en Canarias: evaluación desde la educación física (Teacher training and dance treatment in the Canary Islands: Evaluation from a Physical Education perspective). *Retos*, 24, 165-170. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i24.34551>
- UNESCO (1990). Manual de los Clubs UNESCO. [https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000117192\\_spa](https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000117192_spa)
- Vallejos, J. I. (2014). Los debates de la historia de la danza: ¿ un diálogo imposible?. Universidad de Buenos Aires. Facultad de Filosofía y Letras; Telon de Fondo. 20, 155-173. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/108740>
- Verano, C. (2019). Componentes físicos del bienestar del bailarín de danza popular. (tesis postgrado). Escuela Nacional Superior de Folklore, Lima, Perú. <http://repositorio.escuelafolklore.edu.pe:8080/handle/ensfjma/43>
- Vergara, N., Fuentes, A., Gonzales, H., Cadagan, C., Morales, S., Poblete, C., & Poblete, C. E. (2021). Efecto de la danza en la mejora de la autoestima y el autoconcepto en niños, niñas y adolescentes: Una revisión (Effect of dance on improving self-esteem and self-concept in children and adolescents: A review). *Retos*, 40, 385-392. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i40.76933>
- Vicente, G., Ureña, N., Gómez, M., & Carrillo, J. (2010). La danza en el ámbito de educativo (Dance in the Educational Context). *Retos*, 17, 42-45. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i17.34667>
- Zambrano, G., & Cedeño, H. (2020). Psicoballet en personas con diversidad funcional. *Revista Científica Sinopsis*, 1(16). <https://doi.org/10.37117/s.v2i17.342>