

## II SIMPOSIUM INTERNACIONAL DE INVESTIGACIÓN Y BUENA PRAXIS EN MUSICOTERAPIA

### Influencia de la Musicoterapia grupal en el estado emocional de adultos con Trastorno Límite de la Personalidad

David Buedo Salas, SOMArmonía, info@somarmonia.com / davidbuedosalas@gmail.com

Mi más sincero agradecimiento a los profesionales de ASVA TP por su acogida y a los participantes de las sesiones por su confianza e implicación, a Beatriz por sus orientaciones y su paciencia, a Belén por su ayuda y por ser mi reflejo, a mi familia por ser y estar y a los musicoterapeutas que investigan, divulgan y trabajan por el reconocimiento de nuestra profesión por seguir haciendo camino. GRACIAS.

#### INTRODUCCIÓN

El Trastorno Límite de la Personalidad (TLP) es “un patrón dominante de inestabilidad de las relaciones interpersonales, de la auto-imagen y de los afectos, e impulsividad intensa y caracterizado por síntomas como esfuerzos para evitar el desamparo, patrón de relaciones interpersonales inestable e intensas, alteración de la identidad, impulsividad, inestabilidad afectiva entre otros” (APA, 2014). Se sabe que “existe cierta evidencia de que la musicoterapia puede ser una opción de tratamiento útil para TP's, aunque la importancia de estos hallazgos fue limitada por el pequeño número de estudios incluidos” (Haslam R. et al, 2022). Este estudio plantea la hipótesis de que la musicoterapia puede mejorar el estado de ánimo de participantes con TLP en sesiones grupales, valorando antes y después de cada sesión (de manera anónima para evitar el sesgo de la deseabilidad social) mediante la Escala de Valoración del Estado de Ánimo o EVEA (Sanz, 2001), un inventario de auto-informe diseñado para evaluar cuatro estados emocionales de carácter situacional con entidad clínica (depresión, ansiedad, hostilidad y alegría) en el contexto de la administración de un procedimiento de inducción del estado de ánimo (sesión de musicoterapia) y que “muestra una estructura factorial robusta” (Del Pino-Sedeño et al.. 2010).



#### OBJETIVO

El objetivo de este estudio es probar la hipótesis de que la musicoterapia puede mejorar el estado anímico de adultos con TLP después de sesiones grupales de 90 minutos, así como realizar una propuesta de evaluación de emociones útil en las intervenciones de musicoterapia y un humilde aporte al estado de la cuestión en cuanto a investigación sobre musicoterapia en el ámbito de la salud mental. El objetivo principal de la intervención es el de mejorar la calidad de vida de socios de ASVA TP mediante la musicoterapia. Los principales objetivos específicos son: mejorar el estado de ánimo, aumentar el reconocimiento emocional y potenciar la expresión sana de emociones a través de la música.

**ANTES DE LA SESIÓN**

A continuación encontrará una serie de frases que describen diferentes clases de sentimientos y estados de ánimo, y al lado unas escalas de 10 puntos. Las cada frase y escala con un círculo el valor de 0 a 10 que indique mejor cómo se SIENTE AHORA MISMO, en este momento. No cambie demasiado tiempo en cada frase y para cada una de ellas elija una respuesta.

Nada Mucho	Nada	Mucho
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento melancólico	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento optimista	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento triste	0	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10
Me siento alegre	0	