



COLECCIÓN CONOCIMIENTO CONTEMPORÁNEO

Investigación y transferencia de las ciencias sociales frente a un mundo en crisis

Coordinadores

Manuel Bermúdez Vázquez

Alfonso Chaves Montero

Dykinson, S.L.

INVESTIGACIÓN Y TRANSFERENCIA DE LAS CIENCIAS SOCIALES
FRENTE A UN MUNDO EN CRISIS

INVESTIGACIÓN Y TRANSFERENCIA
DE LAS CIENCIAS SOCIALES
FRENTE A UN MUNDO EN CRISIS

Coordinadores

Manuel Bermúdez Vázquez
Alfonso Chaves Montero

Dykinson, S.L.

2022

INVESTIGACIÓN Y TRANSFERENCIA DE LAS CIENCIAS SOCIALES FRENTE A UN
MUNDO EN CRISIS

Diseño de cubierta y maquetación: Francisco Anaya Benítez

© de los textos: los autores

© de la presente edición: Dykinson S.L.

Madrid - 2022

N.º 44 de la colección Conocimiento Contemporáneo

1ª edición, 2022

ISBN 978-84-1377-924-9

NOTA EDITORIAL: Las opiniones y contenidos publicados en esta obra son de responsabilidad exclusiva de sus autores y no reflejan necesariamente la opinión de Dykinson S.L ni de los editores o coordinadores de la publicación; asimismo, los autores se responsabilizarán de obtener el permiso correspondiente para incluir material publicado en otro lugar.

ANSIEDAD ESCÉNICA MUSICAL Y GÉNERO

CARLOS ALEJANDRO ACOSTA MEDINA
Universidad Autónoma de Ciudad Juárez

KARLA MARÍA REYNOSO VARGAS
Escuela Superior de Música de la Universidad Juárez del Estado de Durango

ESTEBAN EUGENIO ESQUIVEL SANTOVEÑA
Universidad Autónoma de Ciudad Juárez

MARÍA DEL ROCÍO GUZMÁN BENAVENTE
*Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana
Universidad Juárez del Estado de Durango*

1. INTRODUCCIÓN

La carrera de música es altamente competitiva desde su inicio; usualmente las escuelas y conservatorios cuentan con un limitado número de vacantes (Wristen, 2013). Allí, el rigor y la disciplina hacen parte de la formación, especialmente en los programas dirigidos a formar profesionales de la música con orientación clásica, puesto que el objetivo es alcanzar los niveles más altos de interpretación (Vento, 2017). Para ello, las y los estudiantes pasan largos periodos de entrenamiento que implican práctica individual prolongada, en aislamiento (Lee, 2002). Por años son expuestos a señalamientos y observaciones, tanto de otros como de sí mismos, sobre sus capacidades motrices, atencionales, mnésicas, estéticas e interpretativas requeridas en la ejecución musical (Kenny, Davis & Oates, 2004; Mitchell, 2011; Wristen, 2013). A esto se añaden los ensayos, las presentaciones públicas, las grabaciones y participaciones en ensambles musicales (Schneider & Chesky, 2011).

Durante su proceso de formación, músicas y músicos deben aprender un gran número de habilidades indispensables para la ejecución instrumental o vocal. Estas habilidades se centran en un desarrollo técnico que involucra la coordinación y fuerza física para el mantenimiento de recitales o conciertos, por mencionar algunas. Por otro lado, se encuentran las habilidades de tipo cognitivo orientadas al desarrollo de la

atención, razonamiento para la comprensión de la obra entre otros (Kenny, 2004), así como las relativas al desenvolvimiento escénico, que de igual manera son indispensables para el desarrollo de la profesión.

1.1. ANSIEDAD ESCÉNICA

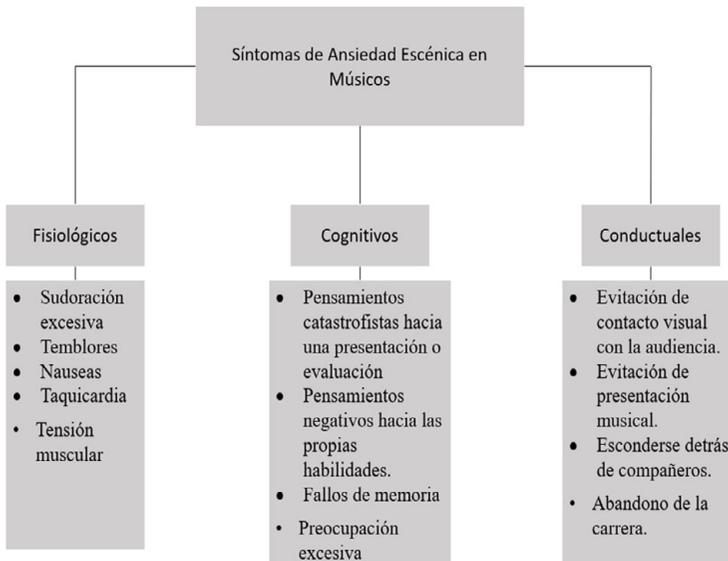
Durante las presentaciones públicas músicas y músicos pueden experimentar sentimientos de nerviosismo (o ansiedad) cuyos síntomas varían (Dempsey, 2015) dependiendo de la experiencia, las estrategias de afrontamiento, o el nivel de habituación que han alcanzado para realizar esta actividad. Si bien, la ansiedad es una respuesta normal ante una percepción de amenaza, los síntomas pueden volverse desproporcionados y afectar el desempeño de musical, generando así un deterioro en su vida profesional o académica (Herrera-Torres y Campoy-Barreiro, 2020). Este nivel excesivo de sintomatologías es conocido por investigadores de la psicología de la música como “Ansiedad Escénica” (Kenny;2004;2011) o “Miedo escénico” (Dempsey, 2015; Weintraub, 2017).

Weintraub (2017) distingue entre la sensación de adrenalina y el miedo. Explica que existe una sensación, a la que muchas veces se le llama temor, producto de la excitación por adrenalina; sin embargo, ésta no implica displacer y está más bien vinculada a eventos profundos (importantes) de nuestra vida. El miedo escénico, por el contrario, implica un proceso interno que impide la conexión con el hecho musical, con la propia sensibilidad y con la posibilidad de disfrutar la experiencia; desmejora el desempeño musical que puede impedir tocar. El autor aclara que el miedo no es un problema que le impide tocar a la persona, sino una señal que muestra la existencia de un problema que impide tocar. La diferencia sutil, entre señal y problema, es indispensable para su abordaje. Los ejecutantes no temen tocar en público- dice: “Lo que el músico teme en realidad es lo que ocurre internamente cuando se equivoca en público. Y esto es así porque lo que ocurre internamente es maltrato, abandono y desvalorización (...) es decepción, y sensación de no-poder” (pp 25). La inseguridad central que la persona que se dedica a la música experimenta con respecto a la obra que toca se interpreta como miedo al escenario: “el músico cree que teme tocar ante el público cuando lo que en realidad le ocasiona temor es que quede en evidencia

ante el público que hay una serie de aspectos centrales de la obra que (<sabe> que) no conoce en profundidad” (p.72).

Debido al origen interno y profundo de la ansiedad, su sintomatología se muestra en tres dimensiones: de carácter fisiológico, cognitivo y conductual (Ver figura A). Los síntomas fisiológicos incluyen temblores, sudoración excesiva, náuseas, descoordinación motora, sequedad de la boca, sensación de frío o calor, aumento del ritmo cardíaco, dificultad para enfocar la visión, entre otros; los cognitivos, como fallos de memoria, dilatación o contracción de la percepción del tiempo, pensamientos anticipatorios, catastrofistas o preocupaciones excesivas por mencionar algunos; y los conductuales que se observan como evitación de contacto visual con la audiencia, de presentaciones o cuestiones como esconderse detrás de compañeros o atriles entre otros (Cester, 2013; Conde, 2004; Dalia, 2006; Dalia, 2004; Fremouw y Breitenstein, 1990; Herrera-Torres y Campoy-Barreiro, 2020 Kaspersen y Gunnar, 2002 ; Kenny, 2011; Kenny et al. 2004; Marinovic, 2006).

FIGURA A. Síntomas de ansiedad escénica en músicos



Nota: Adaptado de Stocks for the Long Run (p. 120), por J. J. Siegel, 2014, McGrawHillEducation.

La ansiedad escénica (AE) es un problema de alta incidencia dentro de la profesión musical (Çırakoğlu & Coşkun Şentürk, 2018; Domingo, 2015; Pareja y Díaz, 2019; Keny, 2011). Las estimaciones reportadas en la literatura internacional observan variaciones notables en su prevalencia, pero en términos epidemiológicos todas son relevantes. Por ejemplo, entre las estimaciones más bajas se encuentran las realizadas por Fishbein y colegas (1988), quienes informaron una prevalencia de AE del 24% en profesionales de la música de diferentes orquestas que la sufrían en un alto grado. Cohen y Bodner (2015) encontraron un 56.3% de prevalencia en una orquesta de nivel profesional. Entre las estimaciones más altas se encuentran los estudios de James (1997) que indican un 84% de prevalencia en jóvenes músicos, así como los de Herrera-Torres y Compoy-Barreiro (2020) que informaron que el 80.4% de docentes de música de conservatorio habían experimentado ansiedad escénica en algún momento de su carrera.

La AE es un problema tan común que, incluso, se le ha llegado a considerar como un ingrediente más de la formación musical (Dalia, 2004). A pesar de ser una problemática frecuente, puede tener un impacto tan negativo que amenaza la carrera de estudiantes y profesionistas de la música (Dempsey, 2015; Cody & Beck, 2015; Çırakoğlu & Coşkun Şentürk, 2013).

En la actualidad, y con el creciente interés hacia la investigación de la ansiedad escénica (Çırakoğlu & Coşkun Şentürk, 2018), se ha probado que este problema sigue siendo actual, y que no afecta a todos los sectores poblacionales por igual. Se sabe que en la adolescencia se presentan niveles más altos de ansiedad escénica que durante la niñez; que es más intensa en estudiantes que en profesores (Ballesteres, 2015); que se presenta con mayor intensidad en los periodos de formación superior y en los ambientes de música académica y música clásica (Kenny, 2011); y que afecta más a mujeres que a hombres.

1.2. ANSIEDAD ESCÉNICA EN MUJERES Y HOMBRES

La literatura internacional sobre ansiedad escénica ha reportado diferencias importantes entre las puntuaciones obtenidas por mujeres y hombres, con niveles superiores en ellas. La mayoría de los estudios

indican que las diferencias son estadísticamente significativas (Ballester, 2015; Coşkun-Şentürk y Çırakoğlu, 2017; Dianna T. Kenny et al., 2004; Herrera-Torres y Campoy-Barreiro, 2020; Dempsey, 2015; LeBlanc, Jin, Overt, & Siivola, 1997; Iusca y Dafinoiub, 2012; Rodríguez-Marco, 2016; Ryan, 2004; Suárez, 2015; Osborne & Kenny, 2008; Pats-ton y Osborne, 2016; Yağışan, 2009), aunque algunos indican diferencias no significativas (Çevik, 2018; Dempsey y Comeau, 2019).

En México, la investigación respecto a la ansiedad escénica resulta escasa; sin embargo, los estudios realizados apuntan igualmente hacia diferencias en las puntuaciones obtenidas por hombres y mujeres. Reynoso (2018) reportó diferencias estadísticamente significativas entre el nivel de estrés crónico de mujeres y hombres estudiantes de música, no solamente en pruebas psicométricas, sino también en los niveles de cortisol salival y presión sistólica. Por su parte, Juárez (2014) reportó un nivel de ansiedad escénica superior en músicos en las que el autor reporta un promedio de 55.5 en hombres mientras que se reporta un promedio de 61 en mujeres.

Las diferencias en el procesamiento y manifestación del estrés responden, por una parte, a las diferencias del sexo biológico; y por otro, al género, en tanto construcción social y cultural (Reynoso et al., en imprenta).

Hablando de los aspectos biológicos, es razonable suponer que las diferencias sexuales neuroanatómicas inciden de manera diferenciada en los procesos de generación y respuesta al estrés derivado de la actividad musical (Reynoso et al., en imprenta). Los estudios neuropsicológicos (Wang, et al., 2007) señalan que durante los procesos estresantes los hombres activan predominantemente el córtex prefrontal, favoreciendo el comportamiento de “fuga o de combate”; mientras que las mujeres provocan procesos de vinculación, poniendo en marcha predominantemente el sistema límbico que favorece los comportamientos “de ayuda y de protección”. Como indican los autores, estas diferencias obedecen a los sistemas neurofisiológicos diferenciados, cuya evolución es el resultado de factores genéticos y epigenéticos.

Para entender algunas diferencias en las respuestas adaptativas de músicas y músicos, se alude a lo que sucede en el campo deportivo, donde se asume que el sexo biológico es un determinante del rendimiento y la capacidad de respuesta (Thibault et al., 2010). Se sabe, por ejemplo, que los hombres son más veloces y fuertes, mientras que las mujeres son más resistentes y flexibles y que, por tanto, sus rendimientos atléticos serán diferentes (Beneke, Leithäuser y Doppelmayr, 2005; Maldonado-Martin, Mujika y Padilla, 2004). Así mismo, se ha indicado que hay diferencias en la respuesta al entrenamiento: las mujeres en proceso de entrenamiento requieren de intervalos más largos para su recuperación física (Flores et al., 2011), pero una vez que ellas adoptan el ritmo de entrenamiento, son quienes se recuperan más rápido (Ratamess et al., 2012).

Por otra parte, el género, en tanto constructo social, provee de referentes culturales que son asumidos por las personas como parte de su conformación identitaria. Los estereotipos de género constituyen concretamente la base de la construcción de la identidad social, generan una percepción interiorizada que guía tanto la significación de la realidad como los comportamientos, pensamientos y emociones de las personas (Colás y Villaciervos, 2007).

Estructuralmente, las mujeres han ejercido roles reproductivos, más que productivos; de cuidado (de familiares y otros). Así históricamente, se ha generado presión hacia las responsabilidades sociales, prácticas, emocionales y del ámbito doméstico. El estrés de las mujeres se ha vinculado por ello a la diversidad de roles que suelen asumir.

Bajo una lógica patriarcal, a las niñas se les ha hecho creer que su éxito va unido a su belleza y a su simpatía, pero raramente a sus capacidades intelectuales o espíritu emprendedor y creador; mientras que a los niños se les ha enfatizado que triunfarán siendo fuertes, ingeniosos e inteligentes. Esta realidad, casi nunca explicitada, crea varones con cierta prepotencia y mujeres con baja autoestima e inseguridad en su desempeño público. Debe subrayarse que la concepción social sobre las mujeres otorga una serie de cualidades que no corresponden a la realidad de todas ellas (Simon, 2005). Los estereotipos más patriarcales consideran a las mujeres como “emocionales, débiles, sumisas,

dependientes, sensibles, comprensivas o poco competitivas” (Cuadrado, Molero y Navas, 2006, p. 10), se basan en la idea de que la mujer debe “ser pasiva y cooperativa, sensible y complaciente” (Prentice y Carranza, 2002, p.92). A estos prejuicios se le añaden la falta de seguridad y de autocontrol emocional (Barbera et al., 2008).

Para el presente estudio, resulta importante observar la influencia de estos estereotipos en el ámbito musical y educativo, ya que es allí donde generalmente las y los músicos tendrán que enfrentarse a las presentaciones públicas.

Es necesario reconocer que la música es una actividad masculinizada no solo por las lógicas internas que rigen el medio, sino porque en la mayoría de las áreas de ejecución instrumental existe el dominio masculino en la mayoría de los instrumentos y puestos musicales (Sesaloni Gimeno (2014).

Músicas y músicos estudian, interpretan y laboran en condiciones distintas. Las escuelas de música suelen crear y sostener perfiles masculinos de la música y la política musical. Los contenidos curriculares- teoría y repertorio- invisibilizan la participación de la mujer en la música (Green 2001). Como explican Pinochet y Valdovinos (2021), la mayoría de las veces se trata de prácticas discriminatorias y discursos aparentemente triviales e irrelevantes; sin embargo, la suma de estos elementos genera en las mujeres la “sensación inespecífica pero persistente de que no pertenecen”, ya que se trata de un espacio construido por normas masculinas, administradas por hombres.

El acto de tocar, además de las implicaciones sociales o personales, también tiene una significación musical impregnada por el género. La interpretación musical se encuentra normada por criterios de género que niegan algunos registros e instrumentos a las mujeres (Galindo Morales 2015). Las mujeres han manifestado que la forma “sensible” de interpretar puede ser mal vista en algunos ambientes musicales (Daykin, 2005), los “rasgos de feminidad” en la interpretación pueden ser socialmente infravalorados (Pinochet & Valdovinos, 2021).

Para los hombres, tocar un instrumento musical suele significar la reafirmación de su masculinidad; la ejecución se relaciona con el control

de la tecnología y la discapacidad; mientras que para ellas fácilmente puede interpretarse como un atentado hacia su feminidad (Doubleday, 2008).

Green (2001) ha descrito cómo la exhibición, elemento intrínseco de las presentaciones públicas, puede contradecir las expectativas y estereotipos femeninos y cómo la composición, el acto de creación musical, se encuentra en tensión con los roles reproductivos asignados a las mujeres. Las reglas sociales de los ambientes musicales han sido heredadas de un orden hegemónico patriarcal, “en el que el balance general de poder es favorable para los hombres más que para las mujeres” (p.23).

Las tareas más prestigiosas del campo de la música están representadas por hombres (Campo Soler 2017). La tendencia es mantener un *status quo* donde los roles <cerebrales> y de mayor reputación se reservan a ellos (Green 2001). Inclusive se ha creado la expresión <música de mujeres>, considerada como una expresión de baja complejidad musical (Dezilillo, 2017).

Estudios cualitativos (Campos Soler, 2017; Ulloa, 2007) han señalado que, en el nivel profesional, las músicas sufren exclusión, discriminación, acoso, machismo y misoginia en su ambiente laboral; viven con diferencias en el trato y tienen menos oportunidades laborales para desarrollarse en los ambientes musicales. Pinochet y Valdovinos (2021) explican que habitar un campo masculinizado como el de la música significa estar a merced de las lógicas y administraciones masculinas. Significa que los medios de producción para llevar a cabo la actividad musical sean propiedad y estén en control de los hombres; que los colectivos y representantes operen como <clubes de Toby> [clubes separatistas], que desconocen las demandas de las mujeres que se plantean con fundamentos legítimos; que los logros personales de las mujeres se expliquen como méritos de otros hombres: de sus parejas, familiares, productores o representantes. Significa “tener que ser excelente para lograr lo mismo que un hombre mediocre>” (p.97). Así, ellas suelen asumir roles de servicio que requieren conciliar su labor con actividades de cuidados y que, suelen ser poco reconocidas socialmente y poco remuneradas. La distribución desigual de las actividades productivas en el

ámbito musical tiene costos subjetivos que, sumados a otros factores estructurales, acentúan la precariedad característica del ámbito musical.

La revisión de la literatura ha propiciado diversas preguntas relativas a la diferenciación de la ansiedad escénica entre mujeres y hombres. Con la finalidad de explorar este tema en población mexicana, este trabajo pretende responder algunas preguntas ¿la diferencia en el nivel de ansiedad escénica entre músicas y músicos será significativa? ¿La diferencia se mantendrá consistente en diferentes niveles de formación?

OBJETIVO

Este trabajo tiene el objetivo de observar si músicas y músicos tienen una evolución en los niveles de ansiedad, en los diferentes periodos de consolidación de su carrera. Para ello es necesario, primero, verificar si existen diferencias significativas entre los niveles de ansiedad escénica de hombres y mujeres; Segundo, estimar los niveles de ansiedad escénica en tres circunstancias diversas: en etapas iniciales de la formación superior, en plena formación universitaria y en el nivel profesional.

2. METODOLOGÍA

Se llevó a cabo un estudio cuantitativo no experimental, transversal de tipo comparativo. Los datos utilizados se obtuvieron de una investigación previa (Acosta, Reynoso & Lares, 2021).

Para medir la Ansiedad escénica se empleó el Inventario de Ansiedad Escénica en Músicos de Kenny (2011), mejor conocido como KMPAI, por sus siglas en inglés. Este se conforma por 40 ítems tipo Likert de siete opciones que van de 0 a 6. Se conforma por 7 factores: ansiedad somática proximal, cogniciones negativas, vulnerabilidad psicológica, empatía parental, memoria, transmisión generacional de la ansiedad y relación con los demás. Es un inventario utilizado internacionalmente que ha mostrado consistencia en sus validaciones. La confiabilidad obtenida en población mexicana, obtenida por el método de alfa de Cronbach, es de $\alpha=.94$ (Acosta, Reynoso y Lares, 2021).

El instrumento fue digitalizado utilizando la plataforma de *Google Forms* en el que se integró la sección de consentimiento informado a

fin de atender los aspectos éticos (APA, 2010). Además, para fines de análisis, se incluyeron preguntas de carácter sociodemográfico como género, nacionalidad, ocupación, lugar de estudios, nivel de estudios (nivel técnico, licenciatura).

Se enviaron solicitudes de aplicación del instrumento a distintas instituciones a lo largo del país, de las cuales 10 contestaron favorablemente. A estas instituciones se les compartió el enlace digital del instrumento y se les solicitó que lo compartieran mediante las redes de comunicación electrónica que mejor se ajustaran a los lineamientos institucionales. Otro medio de aplicación del instrumento fue mediante redes sociales. El enlace se compartió de manera individual, a través de cuentas personales, directamente a los músicos. Asimismo, se compartió el enlace en el muro de *Facebook* de la Asociación Mexicana de Psicología de la Música (AMEPSIM) cuyos miembros son principalmente músicos e interesados en psicología de la música. Por último, se compartió en algunos grupos de músicos de la misma red social.

Se descartaron los datos de personas con nacionalidad distinta a la mexicana, así como profesionistas que no desarrollaban actividad musical. La muestra se dividió en tres grupos: estudiantes de música de nivel técnico, que en México corresponde al ciclo inicial de la licenciatura en Música; estudiantes de música de nivel licenciatura y profesionales de la música que se mantenían activos en escena.

La muestra se conformó por 261 personas voluntarias mexicanas que se dedican a la música, cuyo rango de edad comprendió entre los 18 y 57 años. Su distribución se puede apreciar en la tabla 1.

TABLA 1.
Tamaños muestrales por género y nivel formativo

	Cursando el nivel técnico	cursando la licenciatura	profesionales activos en el campo interpretativo
Mujeres	24	51	64
Hombres	16	35	68
Género no binario	-	2	1
Total	40	88	133

Se realizaron dos análisis: uno intergénero y otro intragénero. El primero para comparar los niveles de ansiedad de hombres y mujeres en cada uno de los niveles de formación (técnico, de licenciatura y profesional). El segundo análisis para comparar el nivel de ansiedad escénica en los tres niveles de formación, por género (un análisis para hombres y otro para mujeres).

Para analizar las diferencias estadísticas de los niveles de ansiedad escénica entre mujeres y hombres, se aplicó la prueba *t* de Student para muestras independientes. Asimismo, se aplicó la prueba *U de Mann-Whitney*. Se decidió ocupar una prueba no paramétrica debido a que algunos de los grupos tenían un tamaño reducido y no alcanzaban a formar una distribución normal.

Para estos ejercicios, se excluyeron los datos de las personas que se declararon pertenecientes al género no binario, ya que el tamaño muestral (3 casos) no permitía aplicar las pruebas estadísticas. Sin embargo, se reportan también las medianas y medias para tener una referencia de ubicación de los niveles de ansiedad de este grupo.

3. RESULTADOS

Con base en las puntuaciones estandarizadas (Acosta, Reynoso y Lares, en imprenta), los puntajes medios de ansiedad escénica de las mujeres ($M= 129$) se ubicaron en el nivel alto, mientras que el de los hombres ($M= 109$) en el nivel medio.

3.1. ANÁLISIS INTERGÉNERO

Para determinar las diferencias en los puntajes globales de ansiedad entre mujeres y hombres, se realizó una prueba *t*. Dicha prueba indicó diferencias estadísticamente significativas en los niveles de ansiedad obtenidos por ellas y ellos (ver tabla 2).

TABLA 2.*Comparación de medias del nivel de ansiedad escénica de mujeres y hombres*

Grupo	n	ME	De	t	gl	p
Mujeres	139	129.89	43.27	3.74	256	.000
Hombres	119	109.26	45.19			

Los análisis fueron realizados mediante el uso de pruebas no paramétricas, puntualmente con el uso de la prueba *U de Mann-Whitney* a fin de determinar cuáles eran las diferencias en los niveles de ansiedad escénica presentados en los grupos de mujeres y hombres.

En la tabla 3 se pueden observar las diferencias estadísticamente significativas para los niveles de ansiedad escénica de músicas y músicos en los tres niveles: técnico, licenciatura y profesional. Las pruebas comparativas indicaron que existen diferencias estadísticamente significativas en los tres niveles formativos (ver Tabla 4). Es decir, las mujeres tuvieron puntajes más altos de ansiedad escénica que sus compañeros varones, tanto en nivel técnico, como en licenciatura y profesional.

TABLA 3. *Comparación de puntajes medianos de ansiedad escénica de mujeres y hombres, por nivel formativo.*

Grupo	n	Me-diana	Rango medio	U de Mann-Whitney	p	g	
Nivel técnico	Mujeres	24	153.50	24.23	102.500	.021	-.390
	Hombres	16	115	14.91			
Nivel licenciatura	Mujeres	51	130	48.06	660.00	.041	-.220
	Hombres	35	113	36.86			
Nivel profesional	Mujeres	64	118	73.27	1742.500	.048	-.171
	Hombres	68	103	60.13			

Adicional a la información mostrada, y con la finalidad de no omitir a un sector poblacional, se muestran las puntuaciones obtenidas por quienes se identificaron con género no binario (vea tabla 4).

TABLA 4.*Puntajes descriptivos del grupo de género no binario*

Grupo	n	ME	puntuación mínima	puntuación máxima
No binario	3	120	87	137

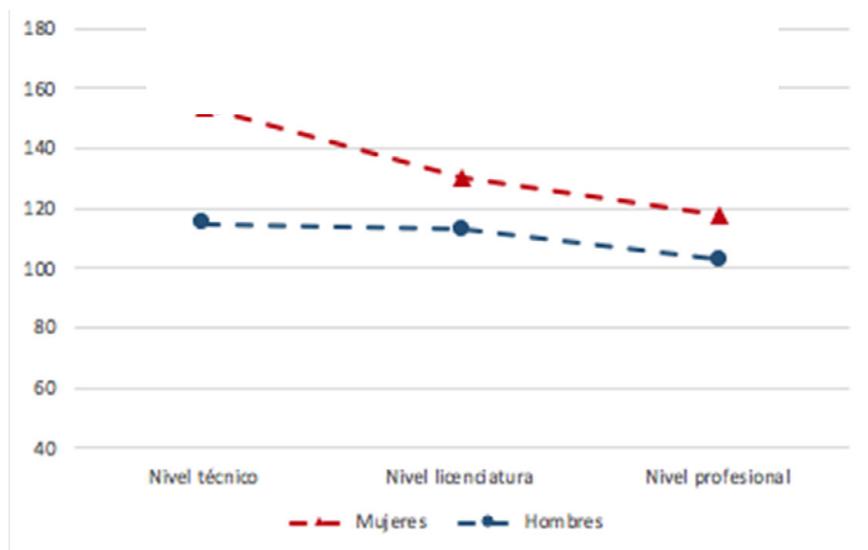
La mediana de este pequeño grupo se encuentra más cercana al puntaje del grupo de hombres (vea tabla 2).

3.1. ANÁLISIS INTRAGÉNERO

El análisis por género permitió visualizar una diferencia en el comportamiento de la ansiedad escénica en mujeres y hombres. La figura A muestra cómo los hombres mantuvieron un nivel de ansiedad escénica parecido en los tres niveles formativos, las diferencias fueron sutiles y no fueron estadísticamente significativas. En cambio, las mujeres sí mostraron diferencias en el nivel de ansiedad. Las puntuaciones se mostraron más elevadas en etapas tempranas de la formación musical y más bajas en la etapa más avanzada de su formación.

En la Figura B se puede observar una tendencia que va de mayor a menor, donde las mujeres de nivel técnico tuvieron las puntuaciones más altas, las de nivel licenciatura mostraron puntuaciones medias y las profesionales, las más bajas. Es decir, las mujeres observan un descenso en el nivel de la ansiedad escénica conforme el avance formativo. El grupo de hombres entre el nivel técnico y el nivel licenciatura tienen casi las mismas puntuaciones. En la gráfica se logra apreciar una disminución de los puntajes que es mucho menos notoria que para las mujeres.

FIGURA B. Gráfica comparativa entre puntajes medianos de ansiedad escénica de mujeres y hombres



Las pruebas indicaron que, para las mujeres, la diferencia no es significativa entre el nivel técnico y el nivel licenciatura, pero sí entre el nivel técnico y el profesional (vea tabla 5).

TABLA 5. Comparación de puntajes de ansiedad escénica por nivel educativo

Grupo		n	U de Mann-Whitney	p	Tamaño del efecto (g)
Mujeres	técnico / licenciatura	139	457	.078	-.203
	Licenciatura / profesional		1468	.356	-.276
	técnico / profesional		491	.009	-.086
Hombres	técnico / licenciatura	119	266	.776	-.039
	Licenciatura / profesional		1139	.722	-.030
	técnico / profesional		499	.608	-.055

Con base en los resultados expuestos se han deslindado algunas hipótesis que podrían explicar este efecto.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

4.1. DISCUSIONES SOBRE LAS INCONSISTENCIAS ENCONTRADAS POR LA LITERATURA INTERNACIONAL EN LOS NIVELES DE ANSIEDAD ESCÉNICA MUSICAL

Aunque algunos estudios han encontrado que las diferencias entre el nivel de ansiedad escénica de mujeres y hombre no son significativas, todos los estudios antecedentes consultados indicaron consistentemente que las mujeres presentan niveles mayores de ansiedad escénica musical que sus compañeros varones. En este sentido puede indicarse la existencia de una condición de riesgo para ellas por el impacto que provoca el género como determinante social.

Es importante discurrir sobre la diferencia entre los resultados obtenidos entre las diversas investigaciones, así como las metodologías utilizadas para la obtención de los datos. La disparidad entre los resultados de los múltiples autores puede deberse a cuestiones metodológicas, como lo son la población en sus distintas características sociodemográficas, así como los instrumentos de evaluación que se utilizaron. Algunos estudios se realizaron con músicos estudiantes de nivel profesional (Caskun-Senturk, 2015; Iusca y Dafinoiub, 2012) quienes reportan diferencias mientras que, Çevik (2018) no reportó dichas diferencias; estudiantes de nivel preuniversitario (Patston y Osborne, 2016) que muestran diferencias significativas mientras que otros no muestran tales (Dempsey, 2015); otros con profesores de música de conservatorios (Herrera-Torres y Campoy Barreiro, 2020) y otros, con músicos profesionistas ejecutantes de orquestas sinfónicas. Así pues, múltiples estudios con características distintas y similares muestran resultados diferentes por lo que, no se puede considerar como un resultado concluyente para establecer que alguno de los factores antes mencionados es determinante en la presencia de la ansiedad escénica. Adicionalmente es importante señalar que los datos provienen de distintas poblaciones de músicos: España, Australia, Canadá, Turquía y Rumania. Así pues,

debe entenderse que el desarrollo de la ansiedad escénica depende de la presión sociomusical percibida, por lo que el contexto sociomusical específico resulta determinante. Además, en las diversas investigaciones se han utilizado distintos instrumentos como lo son el Inventario de Ansiedad Escénica en Músicos de Kenny (KMPAI, 2009), el Inventario de Ansiedad Escénica en Músicos Adolescentes (MPAI-A, Osbourne & Kenny, 2005) y la Escala de Ansiedad por Desempeño para Músicos Estudiantes (PASMS, Coşkun-Şentürk y Çırakoglu, 2013).

Se reflexiona que es importante seguir indagando de manera más profunda y con un enfoque de género sobre los resultados obtenidos ya que, aunque la presencia de ansiedad escénica es multifactorial, ser mujer es un determinante de riesgo.

4.2. ANSIEDAD ESCÉNICA: UNA PROBLEMÁTICA DE ALTA INCIDENCIA QUE AFECTA MÁS A LAS MUJERES

Los datos de esta investigación indicaron que la ansiedad escénica sigue siendo un problema frecuente en la población de músicos, que incide más al inicio de la formación superior

pero que resulta persistente a lo largo de la carrera.

Los hallazgos concuerdan con lo encontrado por Ballester (2015), Cas-kun-Senturk (2015), Herrera-Torres y Campoy Barreiro (2020), Iusca y Dafinoiub (2012), Kenny (2011), Patston y Osborne, (2016). Las mujeres son quienes se están llevando los peores estragos de este fenómeno. Ellas puntuaron más alto en los tres niveles formativos.

Estos datos no demeritan la experiencia ansiosa de los hombres, pero sí indican la necesidad de comprender que hay sectores más vulnerables y que las acciones clínicas y educativas deberían priorizar la identificación oportuna del problema que representa la ansiedad escénica musical, especialmente en las mujeres.

Hubiese sido ideal haber contado con un tamaño muestral más amplio de personas del género no binario. Esto hubiera permitido derivar reflexiones sobre la incidencia del sexo (biológico) y el género (construcción social). Puesto que solo hubo 3 casos, no fue posible conformar un

grupo para hacer contrastes estadísticos. Se decidió no descartar esta información, en tanto que resulta relevante comenzar a visualizar la existencia de éste y otros grupos minoritarios en el campo de la investigación.

Las puntuaciones de las personas no binarias se ubican entre los niveles medio y alto; sus puntajes medios resultaron más cercanos a los puntajes medios de los hombres. Si bien, como se ha mencionado con anterioridad, el tamaño muestral no permitió hacer inferencias estadísticas, sus puntuaciones son consistentes con los datos obtenidos por la muestra general. Las personas del género no binario no escapan a la problemática de la ansiedad escénica y son también afectados por la ansiedad escénica musical. Se apunta la necesidad de desarrollar investigaciones que visibilicen el género como constructo social y cómo interactúa este con los roles en los ambientes musicales.

Los hallazgos encontrados permiten indicar la existencia de diferencias en los niveles de ansiedad escénica de mujeres y hombres, pero no las explican. Con base en la literatura revisada y con los datos que han sido consistentemente reportados en investigaciones cualitativas y cuantitativas, se ha generado la premisa de que la ansiedad escénica es un fenómeno complejo, cuya experiencia es determinada por factores biológicos (genéticos, anatómicos y neurofisiológicos y hormonales), la biografía individual, el contexto socioeducativo, las expectativas artísticas específicas, el nivel técnico interpretativo y el nivel de complejidad del repertorio a abordar, entre otros factores psicosociales, ninguno de los cuales puede desprenderse de la carga de la cultura y condición de género. Con base en este argumento, debería entenderse que las diferencias en el nivel de ansiedad escénica responden a la interacción de un entramado multicausal. Hay que indicar que las diferencias halladas entre mujeres y hombres es consecuencia directa del sexo biológico resulta una explicación reduccionista. Se deben considerar factores psicosocioculturales como el orden patriarcal que permea a la sociedad entera, los valores y estereotipos enraizados en los ambientes musicales, las ideas y expectativas sobre el desenvolvimiento escénico y las presentaciones públicas. Se sugiere que las lecturas de dichas diferencias

se realicen desde una perspectiva de género, que den cuenta de las vivencias subjetivas diferenciadas para unas y otros.

El orden estructural permite visualizar las diferencias entre músicas y músicos para entender los procesos ansiosos que suceden en el escenario, los factores que desencadenan el miedo, así como las estrategias de afrontamiento psicológico y escénico. Bajo este orden, el *género* puede entenderse como un moderador de los procesos ansiosos, incluida la ansiedad escénica. Es un elemento transversal que acompaña al contenido y sentido de las expectativas y preocupaciones generadas tanto por el público, el profesorado como por músicas y músicos, frecuentemente poniendo a las mujeres en situaciones de inequidad.

Se indica, tal como lo han hecho Pinochet y Valdovinos (2021, p.27) que “la experiencia de las mujeres y disidencias sexuales en estos entornos masculinizados no ha sido suficientemente documentada y visibilizada”. Se plantea la necesidad de realizar estudios con perspectiva de género (cualitativos y cuantitativos), que den cuenta de las vivencias de mujeres y hombres de los diferentes niveles formativos para poder comprender mejor el fenómeno de la ansiedad escénica y vislumbrar los aspectos estructurales que llevan a generar experiencias diferenciadas.

4.3. HIPÓTESIS SOBRE EL EFECTO DE DISMINUCIÓN DE LOS NIVELES DE ANSIEDAD ESCÉNICA EN MÚSICAS PROFESIONALES

El carácter transversal del presente estudio permitió observar que las mujeres disminuyen sus niveles de ansiedad escénica conforme avanzan en el nivel formativo, de una manera mucho más acentuada que sus compañeros hombres. Las diferencias fueron significativas entre las músicas de nivel técnico y las profesionistas.

Para esclarecer y hacer afirmaciones contundentes sobre estos cambios, sería pertinente realizar un estudio longitudinal que diera seguimiento a los niveles de ansiedad escénica de hombres y mujeres a lo largo de su trayecto formativo. Mientras tanto, se han esbozado tres posibles explicaciones para este efecto de disminución de la ansiedad escénica en mujeres profesionales:

1. Efecto de habituación. Existe la posibilidad de que, tal como sucede en el ámbito deportivo (Ratamess et al., 2011), las mujeres en periodo de formación requieran más tiempo de recuperación de los esfuerzos físicos - y mentales- producidos por la actuación musical.

Hay que hacer notar que, si bien las músicas lograron disminuir los puntajes de ansiedad escénica, sus indicadores no lograron equiparar los niveles de los hombres en el nivel profesional, menos aún aventajarlos, tal como sucede en el ámbito deportivo. Entonces, las equivalencias que se pueden hacer entre los procesos estresantes entre el ámbito deportivo y musical son parciales. En el ambiente musical la ansiedad escénica, la brecha en los niveles de ansiedad se recorta, pero sigue existiendo con diferencias estadísticamente significativas.

2. Efecto de la deserción. En el contexto de la formación musical universitaria, al menos en México, las mujeres desertan más que los hombres (Reynoso, 2014). Entonces, es posible que permanezcan las más aptas, entendiendo aquellas como las que tienen mayores recursos para afrontar el escenario.

3. El efecto de la ocupación diferenciada. Como lo han indicado diversos estudios (Campos Soler, 2017; Dezilillo, 2017; Green, 2001; Pinochet & Valdovinos, 2021; Ulloa, 2007), las músicas profesionales suelen tener una participación en grupo (ensambles musicales) y ocupan puestos de mejor jerarquía que sus compañeros varones. Este tipo de participación musical implica un menor nivel de exposición escénica, lo que a su vez podría traducirse en un menor nivel de ansiedad.

“Intentar ejercer el propio trabajo en un ambiente masculinizado perjudica cotidianamente a las mujeres en su capacidad de desenvolverse profesionalmente, también se les imponen roles limitados que las llevan a actualizar los mandatos de género dentro de este mundo del arte.”
Pinochet & Valdovinos, 2021, p.105)

4.4. REFLEXIONES FINALES

Para finalizar, se reitera que la ansiedad escénica en la población de músicos es un fenómeno disruptivo para el aprendizaje y la expresión musical y debería ser tomado en cuenta por las instituciones como una prioridad de abordaje pedagógico.

El grupo de mayor vulnerabilidad es el de mujeres en nivel técnico, que en México corresponde a un ciclo inicial de la formación universitaria. Este grupo es el que mostró mayor puntaje de entre todos los demás, y es al que debería priorizarse en cuanto a acciones de identificación clínica, prestación de apoyos escolares y canalización a servicios especializados con la finalidad de asegurar que las mujeres puedan continuar avanzando en niveles de formación musical superior.

Así mismo, habría que propiciar que la atención brindada se desarrolle también con perspectiva de género, que recupere los recursos que las mujeres suelen movilizar para lidiar con las dificultades, tal como son <la asociatividad, el autocuidado y el humor> (Pinochet & Valdovinos, 2021), así como la lucha por la creación de espacios musicales alternativos y más equitativos para el futuro.

5. AGRADECIMIENTOS/APOYOS

Extendemos nuestro agradecimiento a la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez (UACJ) por su apoyo en la movilidad para la realización de la presente investigación; al programa de Maestría en Psicología Educativa de la UACJ por su incondicional apoyo; a la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED) por permitir el uso de sus instalaciones durante la investigación; al Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología en México al cual pertenece el programa de maestría del cual se deriva la presente investigación; y a cada uno de los músicos que contribuyeron en la recolección de información sin quienes este trabajo no hubiera sido posible.

6. REFERENCIAS

- Abarca, K. 2016. “Equidad de género en el campo musical: una aproximación teórica”. *Escena. Revista de las Artes*, 76, 167-184.
- Ballester Martínez, J. (2015). Un estudio de la ansiedad escénica en los músicos de los conservatorios de la Región de Murcia (Tesis doctoral). Universidad de Murcia, Murcia, España.

- Barberá, E., Candela, C., & Ramos, A. (2008). *Elección de carrera, desarrollo profesional y estereotipos de género*. *Revista de Psicología Social*, 23(2), 275-285
- Beneke, R., Leithäuser, R.M., & Doppelmayer, M. (2005). Women Will Do it in the Long Run. *British Journal of Sports Medicine*, 39, 410
- Campo Soler, S. 2017. *Mujeres y música. Obstáculos vencidos y caminos por recorrer. Avances hacia la igualdad y metas por alcanzar en el campo de la composición, interpretación y dirección orquestal* (Tesis de Doctoral) Universitat Rovira y Virgili
- Cohen, S., & Bodner, E. (2021). Flow and music performance anxiety: The influence of contextual and background variables. *Musicae Scientiae*, 25(1), 25-44
- Coşkun-Şentürk, G., & Çırakoğlu, O. C. (2018). How guilt/shame proneness and coping styles are related to music performance anxiety and stress symptoms by gender. *Psychology of Music*, 46(5), 682-698.
- Colás, P., & Villaciervos, P. (2007). Universidad de Sevilla.
- Dalia, G. (2004). *Cómo superar la ansiedad escénica en músicos*. Madrid: Mundimúsica.
- Dezilillo, R. 2017. Las primeras compositoras profesionales de música académica en Argentina: logros, conquistas y desafíos de una profesión masculina. En González, J.P. (Ed). *Música y mujer en Iberoamérica: haciendo música desde la condición de género*, 22-46. Actas III Coloquio de Investigación Musical Iberoamericana. Iberoamericana
- Dempsey, E. (2015). *Music performance anxiety in children and teenagers: Effects of perfectionism, self-efficacy, and gender* (Doctoral dissertation, Université d'Ottawa/University of Ottawa).
- Dempsey, E., & Comeau, G. (2019). Music performance anxiety and self-efficacy in young musicians: Effects of gender and age. *Music Performance Research*, 9, 60-79.
- Fishbein, M., Middlestadt, S., Ottati, V., Straus, S. y Ellis, A. (1988). Medical problems among ICSOM musicians. Overview of a national survey. *Med Probl Perform Art*, 3(1), 1-8.
- Galindo Morales, Laura. 2015. "Equidad de género en las orquestas profesionales de Colombia". *Folios* 42: 3-15.
- Green, L. (2001). *Música, género y educación*. Morata

- Herrera-Torres, L., & Campoy-Barreiro, C. (2020). Ansiedad escénica musical en profesorado de conservatorio: frecuencia y análisis por género. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 30-45.
- Iusca, D. y Dafinoiu, I. (2012). Performance anxiety and musical level of undergraduate students in exam situations: the role of gender and musical instrument. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 33 (2012) 448 – 452
- James, S. (1997). *Passion and action: The emotions in seventeenth-century philosophy*.
- Jiménez, R. (2006): *El aprendizaje cultural de género desde la teoría sociocultural* (Tesis doctoral). Departamento de MIDE. Universidad de Sevilla.
- Mitchell, N. (2011). Evaluation and performance anxiety in music study. *The Canadian Music Educator*, 53(1), 32-34.
- Kenny, D. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. OUP Oxford.
- Kenny, D., Davis, P. & Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(6), 757-777. doi:10.1016/j.janxdis.2003.09.004
- Lee, S. (2002). Musician's performance anxiety and coping strategies. *The American Music Teacher*, 52(1), 36-39.
- Maldonado-Martin, S., Mujika, I., & Padilla, S. (2004). Physiological variables to use in the gender comparison in highly trained runners. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 44, 8-14.
- Marinovic, M. (2006). La ansiedad escénica en intérpretes musicales chilenos. *Revista musical chilena*, 60(205), 5-25.
- Nicholson, D. R., Cody, M. W., & Beck, J. G. (2015). Anxiety in musicians: On and off stage. *Psychology of Music*, 43(3), 438-449.
- Osborne, M. S., & Kenny, D. T. (2008). The role of sensitizing experiences in music performance anxiety in adolescent musicians. *Psycho*.
<http://dx.doi.org/10.1177/0305735607086051>
- Pareja, K. P., y Díaz, J., N., (2015). *El músico y el escenario: ansiedad escénica en música, ¿cómo combatirla?* Corporación Universitaria Reformada; Colombia.

- Patston, T., & Osborne, M. S. (2016). The developmental features of music performance anxiety and perfectionism in school age music students. *Performance Enhancement & Health*, 4(1-2), 42-49.
- Pinochet, C., & Valdovinos, M. (2021). El monopolio de la técnica: inequidades de género y agencia feminista en las labores de apoyo del campo musical chileno. *Resonancias*, 25 (48), 87-108.
- Prentice, D. A., & Carranza, E. (2002). What women and men should be, shouldn't be, are allowed to be, and don't have to be: The contents of prescriptive gender stereotypes. *Psychology of women quarterly*, 26(4), 269-281.
- Ratamess, N.A., Chiarello, C.M. Sacco, A.J., Hoffman, J.R. Faigenbaum, A.D. Ross, R.E., & Kang, J. (2012). The effects of rest interval length on acute bench press performance: the influence of gender and muscle strength. *Journal of Strength & Conditioning Research*, 26 (7), 1817-26. Doi: 10.1519/JSC.0b013e31825bb492.
- Reynoso Vargas, K. M. (2014). El género en la deserción en las licenciaturas de música en México. *Música y educación: Revista Internacional de Pedagogía Musical*.
- Reynoso, K.M. (2018). *Caracterización del síndrome de sobreentrenamiento en Músicos estudiantes de nivel licenciatura* (tesis doctoral). Universidad Iberoamericana.
- Reynoso, K.M., Salvador Moysén, J., Cruz del Castillo, C., & Guzmán Benavente, M.R. (en imprenta). Estrés crónico en estudiantes de música: diferencias entre mujeres y hombres. *Géneros*. (en imprenta)
- Rodríguez Marco, M. (2016). *¿Los conservatorios preparan psicológicamente al alumnado frente a una actuación? Ansiedad escénica en la profesión musical* (Tesis de Master). Universitat Jaume. <https://core.ac.uk/download/pdf/80522965.pdf>
- Sesaloni Gimeno, M. C. (2014). Presencia de estereotipos de género en la elección de especialidad musical profesional. *Quadrivium*, (5), 26.
- Simón Rodríguez, M^a E. Convivencia y relaciones desiguales. Currículum y género. *Revista Educar*, versión electrónica. <http://www.efdeportes.com/efd47/subjet1.htm>
- Schneider, E. & Chesky, K. (2011). Social support and performance anxiety of college music students. *Medical Problems of Performing Artists*, 26(3), 157-63.

- Suárez, V.A. (2018). *Ansiedad escénica y rasgos de personalidad en artistas* (tesis). Fundación UADE.
- Vento Manihuari, R.M. (2017). *Ansiedad y afrontamiento en estudiantes de un conservatorio de música*. PUCP. Lima
- Wang J., Korczykowski, M., Rao, H., Fan, Y., Pluta, J., Gur, R.C., McEwen B.S., & Detre, J.A. (2007). Gender difference in neural response to psychological stress. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 2 (3), 227-39.
- Weintraub, M. (2017). *El sentido del miedo escénico*. Wolkowitz editores
- Wristen, B. (2013). Depression and Anxiety in University Music Students. *Applications Of Research In Music Education*, 31(2), 20-27. doi: 10.1177/8755123312473613