

Influencia de la danza en la autoestima de una bailarina en situación de discapacidad¹

Karen Lisette Quiñonez Perafán²
Gloria Isaza de Gil³

Resumen

El presente artículo presenta los resultados de la investigación realizada con una bailarina en situación de discapacidad sensorial y física que asiste al grupo de danza Guerreras de la Vida en la ciudad de Popayán, con el fin de comprender la influencia en su autoestima de la experiencia dancística. El estudio se realizó desde un enfoque cualitativo interpretativo, a través de un diseño metodológico apoyado en la Teoría Fundada. En los hallazgos emergieron dos categorías analíticas: danzando en una sociedad discapacitante y la danza inclusiva como reencuentro de sí y con el otro (a), donde se evidencia como la danza ha contribuido en el desarrollo de su autoestima para superar los obstáculos en que la sociedad sitúa a las personas en situación de discapacidad.

Palabras clave: Discapacidad, danza, cuerpo, autoestima.

Abstract

This article presents the results of the research carried out with a dancer in a situation of sensory and physical disability who attends the dance group Guerreras de la Vida in the city of Popayán, in order to understand the influence of the dance experience on her self-esteem. . The study was carried out from an interpretive qualitative approach, through a methodological design supported by the Founded Theory. In the findings, two analytical categories emerged: dancing in a disabling society and inclusive dance as a reunion with oneself and with the other (a), where it is

¹ La investigación hace parte del Macroproyecto: *Diversidad, Educación, Ciudadanía y Pluralismo cultural: pedagogías emergentes para la Paz*, en la Línea de Investigación de Educación y Pedagogía, del Grupo de investigación de Educación y Pedagogía: Saberes, imaginarios e intersubjetividades, del Centro de estudios avanzados en Niñez y Juventud, de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Manizales y el CINDE.

² Karen Lisette Quiñonez Perafán. Licenciada en Educación Básica con énfasis en Educación Artística. Universidad del Cauca. Docente del Proyecto Escuelas Comunitarias Intercomunales. Alcaldía de Popayán y Ministerio de Cultura. Correo electrónico: Kayena3186@gmail.com.

³ Gloria Isaza de Gil. Magister en Educación y Desarrollo Humano. NOVA- University. Magister en Educación: Psicopedagogía. Universidad de Antioquia. Candidata al Doctorado en Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, Universidad de Manizales – CINDE. Docente investigadora de la línea de investigación de Educación y Pedagogía en el Instituto Pedagógico de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Manizales. Correo: gloriai@umanizales.edu.co

evident how dance has contributed to the development of their self-esteem to overcome the obstacles in which the Society places people in a situation of disability.

Keywords: Disability, dance, body, self-esteem.

Introducción

Históricamente en Colombia la mujer ha sido segregada por su condición de género, ampliando brechas de desigualdad en diferentes ámbitos como el trabajo y el hogar, ello ha impedido que tenga protagonismo en diferentes escenarios sociales. Esta problemática se agudiza cuando la mujer tiene algún tipo discapacidad, puesto que se vive en una sociedad capitalista y consumista que prioriza lo estético y funcional. Al respecto Almanza (2018) expresa: “nos hemos quedado en la discriminación y el pensar que alguien discapacitado no es igual de capaz a quien está en su totalidad de condiciones físicas y motrices” (p.6).

Lamentablemente en el imaginario social se concibe a la persona en situación de discapacidad, como un sujeto con limitaciones y sin autonomía, coartándole la posibilidad de hacerse un espacio en la sociedad, para construir una trayectoria ascendente, reconociendo sus propias habilidades y destrezas que la hacen única. (Ferrante y Ferreira,2008), En otras palabras, se vive en una sociedad discapacitante y segregadora que pone límites para aceptar al otro como otro, en este contexto, las personas con discapacidad se ven victimizadas por esta sociedad indolente. Frente a lo mencionado, Gonzales y Macciuci (2013) manifiestan:

El cuerpo de la persona con discapacidad, al no satisfacer las demandas sociales y no responder a los cánones de belleza aceptados por el sistema, es descartado y marginado, sufriendo la discriminación y desvalorización de la sociedad, las familias y las propias personas discapacitadas, miradas generalmente con lástima, o indiferencia. (p.3)

En Colombia, según el reporte entregado por el Instituto Nacional para Ciegos (INCI), a partir del Censo Nacional de Población y Vivienda, realizado por el DANE en el año 2018:

el 7,2% de la población que respondió al censo dijo presentar alguna dificultad funcional para realizar sus actividades diarias, lo que se traduce en cerca de tres millones y medio de personas con discapacidad. Esto indica que la cifra de discapacidad ha crecido en los últimos años, pues de acuerdo al censo del 2005, los colombianos con discapacidad constituían el 6,4%. (p.1)

Frente a esta realidad, nacer con una discapacidad en el seno de una familia humilde, conlleva a un sin número de situaciones que hacen del proyecto de vida un mundo de incertidumbres, claro está que siempre hacen parte de la vida, pero para estar personas es más difícil hacerse un espacio en una sociedad discapacitante. Porque los espacios de recreación, educación, laborales, entre otros, han sido pensados y creados para personas “normales”, vulnerándoles sus derechos básicos y coartando la posibilidad de que tengan una vida digna. Lo anterior, se agudiza cuando la familia no está preparada para educar a su hijo con discapacidad, y miran en la sobreprotección la única opción para evitar que le pase algo adverso, en otras palabras, lo encapsulan en una burbuja que le impide potenciar sus habilidades, valerse por sí mismo y consecuentemente, contrarrestar la principal discapacidad, sentirse discapacitado.

Ante las situaciones descritas, la danza se constituye en un abanico de posibilidades para que las personas con discapacidad descubran habilidades, fortalezcan lazos de amistad y se visibilicen socialmente, mostrando que hay otras formas de vivir y aportar a la sociedad, para legitimar que la discapacidad no es un impedimento para el óptimo desarrollo de una persona con dichas condiciones. Igualmente, la danza permite a las personas con discapacidad mejorar las relaciones interpersonales, auto aceptarse, aprender a vivir en comunidad y trabajar en equipo; por lo tanto, el componente emocional se beneficiado ya que se potencia en la danza, la autoestima en la percepción y la aceptación del propio cuerpo. (Fructuoso y Gómez, 2001)

González y Lagos (2011) considerando los aspectos educativos de la danza, proponen desde el término *Danza integradora*, una particularidad de la danza que hace posibles y reales los conceptos de inclusión y diversidad, dentro del currículo escolar. El proyecto propone el encuentro conjunto en la danza de personas con y sin discapacidad física o mental leve, para realizar aprendizajes conjuntos, respetando las diferencias, tanto sociales como individuales de los participantes. Su objetivo es promover un arte sin barreras y una danza sin exclusiones, hacia una educación liberadora y una cultura de paz, valorando la ética y estética de cada cuerpo, contribuyendo así, a la inclusión social y la integración comunitaria, propiciando un cambio de mentalidad y una conciencia sensible, tendiente al compromiso con la vida. Es decir, que la danza como expresión artística aporta en diferentes dimensiones del ser humano. Así los expresan los autores citados:

Desde sus fundamentos y objetivos, logra que las personas con y sin discapacidad que participan, se reconozcan como sujetos de derecho y deseo, se asuman como tales y se

emancipen de una situación que la mayor parte de las veces las cosifica. En el contexto de la Danza Integradora, se invita a habitar el cuerpo propio y se moviliza la subjetividad de simbólico a través de su práctica, desde un proceso que contempla el hacer, el sentir y el pensar, contribuyendo a la construcción de la identidad, afirmando la autoestima, la socialización y mejorando todos los niveles de la comunicación, en favor de una auténtica inclusión e integración. Propicia un cambio de mirada en la concepción de las limitaciones, eliminando la trágica y persistente cultura del desamor y la exclusión, para construir un país hacia la plena vigencia de la justicia social y la paz, proyectando un mañana mejor. (González y Lagos, 2011, p. 3)

Los resultados de las investigaciones (Barnet, 2017; Argenzio, 2018; López y Mendoza, 2021), evidencian que las expresiones artísticas son un elemento importante a considerar en las personas en situación de discapacidad, sobre todo la danza, puesto que permite trabajar el cuerpo, la motricidad y expresar emociones, para sanar las heridas físicas y psicológicas que deja la discapacidad y, así, generar autoestima para el desarrollo personal y social de las personas en situación de discapacidad

Atendiendo a los planteamientos esbozados, la presente investigación tuvo como objetivo: comprender la influencia que tiene la danza en la autoestima de una persona en situación de discapacidad física del grupo Guerreras de la Vida, de la ciudad de Popayán. El grupo fue creado en el año 2017. En la actualidad asisten a las actividades de danza 11 mujeres, con edades comprendidas entre los 20 y 30 años, en situación de discapacidad congénita o adquirida excepto una joven con dermatitis crónica en el rostro, de estratos socio económicos 1 y 2. El grupo se reúne a ensayar en el salón comunal de un barrio popular al occidente de la ciudad de Popayán.

Marco Teórico

Contribuciones de la danza al desarrollo humano de las personas en situación de discapacidad

La danza como expresión artística permite a las personas que la practican, exponer sus emociones y sentires desde el lenguaje corporal, generando conciencia de sus movimientos que se hacen tangibles en cada expresión (Rueda y López, 2013). En relación a lo anterior, Dallal (2020) manifiesta que “el arte de la danza consiste en mover el cuerpo dominando y guardando

una relación consciente con el espacio e impregnando de significación el acto o la acción que los movimientos desatan” (p.20).

En este sentido, el cuerpo es el principal medio de expresión, dejando en segundo plano el vestuario, maquillaje y escenario, sin desconocer la importancia de estos (Barnet, 2017). La danza como expresión artística genera beneficios a nivel físico y psicológico, mejorando la autoestima, reflejándose en el escenario y en los contextos sociales donde se despliega el danzante. Mercado, et al. (2021) plantean que “el uso psicoterapéutico del movimiento [promueve] la integración emocional, social, cognitiva y física del individuo, con el propósito de mejorar la salud y el bienestar” (p.218), contribuyendo al desarrollo integral del sujeto para que participe activamente en la sociedad.

Así mismo, Dallal (2020) propone que la danza contribuye al desarrollo espiritual y corporal, y Hoban (como se citó en De Rueda y López, 2013) sugieren que la danza promueve la capacidad “para fomentar la socialización y las habilidades sociales, mediante la interacción corporal entre personas se refuerzan la confianza y la seguridad personal al asumir la responsabilidad de cuidar y respetar el cuerpo de la persona/as con las que interaccionamos” (p.143). De ahí la importancia de la danza en la aceptación de sí mismo y del otro como otro, puesto que deben generarse procesos de alteridad a la hora de bailar y poner en contacto los cuerpos, ello además de contribuir en la autoestima mejora las relaciones intrapersonales e interpersonales.

Las anteriores consideraciones ponen de manifiesto que la danza más que una expresión artística, es un medio terapéutico que aporta al ser humano en sus diferentes dimensiones, por tanto, puede practicarse con niños, jóvenes, adultos, adultos mayores y personas en situación de discapacidad. En este último grupo poblacional, la danza se convierte en un espacio que le permite a la persona interactuar consigo mismo y con sus semejantes, desde el movimiento corporal, que se transforma en el vehículo de expresiones y emociones, permitiendo repensar la discapacidad tanto para los bailarines como para los espectadores.

Al respecto, Gamba (2014) manifiesta que la danza contribuye a cuestionar los estereotipos de cuerpo que se han legitimado en la sociedad, siendo las personas en situación de discapacidad las más desfavorecidas, puesto que no cumplen con los estándares que la sociedad estipulada (Bourdieu, 1991; González y Macciuci, 2013). Por tanto, la danza es un trampolín que permite visibilizar socialmente al sujeto, por sus capacidades artísticas y no por su condición

física. González y Macciuci (2013) asumen que “somos cuerpo y devenimos humanos, mediante el aprendizaje con otros cuerpos, a través del vínculo, en un espacio de contención y afecto o de agresión y violencia, en el seno de una sociedad que nos alberga o nos margina” (p.2). La danza por su idiosincrasia artística que es el contacto con su semejante, contribuye a la aceptación del otro como otro, generando procesos de alteridad, pero sobre todo de resiliencia cuando se trabaja con personas en situación de discapacidad, porque encuentran en el baile un espacio de aceptación sin ser discriminados o estigmatizados por su condición física.

Discapacidad y cuerpo

La discapacidad es un constructo social que, desde la antigüedad, ha estigmatizado a las personas que por razones congénitas o accidentes han adquirido algún tipo de deficiencia física o cognitiva; en la antigüedad quienes nacieran con alguna malformación eran asesinados por no cumplir con los estereotipos estipulados por la polis (Vasquez y Neira, 2020). Han pasado muchos siglos y aún se puede percibir que la discapacidad es una etiqueta social que pone en desventaja a quienes la poseen, se podría decir que en la actualidad viven una muerte social. Junto a lo anterior, Giaconi, et al. (2017) exponen que:

La situación de discapacidad afecta el proceso de desarrollo personal y es una condición que se vivencia y significa a nivel personal, familiar, social y cultural, por lo que no sólo la persona en situación de discapacidad [...] se ve afectada, sino también su entorno, y dentro de éste, sus cuidadores, quienes desarrollan desde su experiencia, una percepción propia de la discapacidad (p.56).

Como constructo social, la discapacidad afecta al ser humano en todas sus dimensiones, por ello es necesario promover espacios y tiempos para generar procesos de resiliencia que permitan contrarrestar el principal obstáculo, sentirse discapacitado (Muñoz, et al., 2020). Lo anterior, porque nadie está exento de adquirir una situación de discapacidad, de cualquier tipo, en su trayectoria de vida (Vasquez y Neira, 2020), y las personas “normales” y la sociedad en general deben estar preparadas para ello.

Colombia es un país que cuenta con leyes que protegen a la población en situación de discapacidad, que en ocasiones quedan plasmadas en el papel, generando brechas de desigualdad, sobre todo en la población femenina que se ha visto vulnerada por el género. Junto

a lo anterior, es oportuno exponer que las personas en condición de discapacidad deben acarrear con el estigma social de no poseer un cuerpo con los cánones de belleza y funcionalidad corporal que impone la sociedad. Muñoz et al. (2020), retomando a Bourdieu, plantean que:

Los cuerpos se clasifican según su condición física en legítimos o no legítimos, esta es producto de las dinámicas del capitalismo que promueve el consumismo y valora el cuerpo según la capacidad de producción, desfavoreciendo a las personas con discapacidad por tener un cuerpo no apto-feo-enfermo-inútil, en otras palabras, un cuerpo “no legítimo” que no cumple con los estándares establecidos, un cuerpo “legítimo” que se caracteriza por ser sano- apto-bello-útil. (p.202)

En este sentido, la discapacidad como constructo social es una barrera que debe desarticularse para que haya inclusión y se contrarresten las brechas de desigualdad. Díaz (2016) plantea que “el cuerpo es una construcción social, una metáfora y una ficción. Pensar el cuerpo como un mapa nos posibilita ver a partir de lo inscripto, de las huellas cuyos relieves se desmarcan denunciando un modo de ser y de estar en el mundo” (p.4-5).

Valga aclarar, el cuerpo es único e irreplicable, no sólo por su fisiología sino por las vivencias y experiencias que cada sujeto acopia en su trayectoria de vida. De ahí la importancia de aceptar al otro como otro, porque “un cuerpo puede ser leído como monstruoso, GLBT, anciano, joven, con discapacidad, etc. El cuerpo tiene esa increíble capacidad de analizar el mundo a partir de los sentidos, de sentir-con-el-mundo” (Planella, 2013, p.4), la alteridad en estos escenarios es necesaria para promover empatía con aquellos que son observados y juzgados por su condición o apariencia física, puesto que “poseer un cuerpo no legítimo parece significar una desposesión en términos de capital simbólico que atravesaría al conjunto de las clases sociales; en el caso de las personas con discapacidad motora, las condenaría a una especie de muerte social” (Ferrante y Ferreira, 2011, p. 86), que podría mitigarse si se piensa y trabaja en pro de las personas que buscan desde su condición física o discapacidad hacerse un lugar en una sociedad que juzga y excluye a quienes no cuentan con un cuerpo legítimo.

La Autoestima

La autoestima es dinámica y se construye a medida que el ser humano se va formando, y se reconfigura de acuerdo al contexto en que se desarrolla, sobre todo la familia, ella es la esencia de la personalidad de cada individuo. Las personas con autoestima alta se caracterizan

por tener confianza en sí mismas y se aceptan tal y como son. Para tener una buena autoestima se necesita convivir en un ambiente lleno de comprensión, afecto, respeto y amor; Panesso y Arango (2017) manifiestan que “la autoestima es una característica humana que se constituye a través de las relaciones afectivas que tenemos, y los cuidadores son los principales proveedores del afecto y reconocimiento, es importante que cada apreciación que ellos hagan sea positiva” (p.8), en este sentido, la familia cumple un papel importante para el desarrollo de la personalidad del individuo, la cual se ve reflejada en sus comportamientos. Tener una buena autoestima permite al sujeto interactuar con sus pares, sin temor a equivocarse, ser juzgado o estigmatizado. Pérez (2019) afirma que:

La autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar y enfrentarnos a los desafíos de la vida, así como la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, alcanzar nuestros principios morales y gozar del fruto de nuestros esfuerzos. (p.27)

De ahí, la importancia de generar procesos de resiliencia ante los sucesos que marcan la trayectoria de vida, puesto que ello contribuye a afianzar la confianza en sí mismo para proyectarse y contrarrestar los obstáculos que impiden materializar los objetivos que se proponen. Valga aclarar que una buena autoestima marca el proyecto de vida de una persona, en la medida que influye en el estado de felicidad o decepción de sí mismo. Lo anterior, invita a pensar, reflexionar e investigar como la autoestima de las personas se reconfigura durante su trayectoria de vida, para el caso de esta investigación, cómo la danza influye en la autoestima de un grupo de mujeres con discapacidad física, que por su condición han tenido que sortear diferentes retos que las invisibilizan socialmente.

Metodología

El presente estudio corresponde a un enfoque investigativo cualitativo- comprensivo, ya que su pretensión fue interpretar la influencia de la danza en la autoestima de una mujer en situación de discapacidad congénita (visión) y adquirida (física), que hace parte del grupo Guerreras de la Vida de la ciudad de Popayán. Se optó por un enfoque cualitativo, toda vez que su naturaleza epistemológica permite la interpretación y comprensión del objeto de estudio (Barrantes, 2007); invitando al investigador a superar las preconcepciones, juicios,

comparaciones y creencias; para escuchar, sistematizar e interpretar con rigurosidad los significados y sentidos que los sujetos a investigar comparten durante el trabajo de campo (Vasilachis, 2006).

En el proceso metodológico se realizó siguiendo los lineamientos de la Teoría Fundamentada, la cual: “Se refiere a una teoría derivada de datos recopilados de manera sistemática y analizados por medio de un proceso de investigación. En este método, la recolección de datos, el análisis y la teoría que surgirá de ellos guardan estrecha relación entre sí” (Strauss y Corbin, 2002, p.22); es decir, que las entrevistas semiestructuradas que se gestionaron en la investigación, fueron transcritas para ser codificadas y analizadas en categorías abiertas, axiales y selectivas, desde las cuales se construyen las categorías emergentes para el análisis y la discusión teórica.

Unidad de análisis: Influencia de la danza en la autoestima de una mujer situación de discapacidad física del grupo de danza Guerreras de la Vida de la ciudad de Popayán.

Unidad de Trabajo: La investigación se desarrolló con una mujer en situación de discapacidad congénita (visión) y física que asiste al programa de danza del grupo Guerras de la Vida de la ciudad de Popayán. Igualmente, se entrevistó a la profesora de danza con el fin de ahondar en los elementos de formación involucrados en la mujer consultada. Los criterios de selección para identificar la informante clave dentro del grupo de bailarinas, están enmarcados bajo la propuesta de investigación y los objetivos pretendidos (Vasilachis, 2006), estos fueron:

- **Antigüedad en el grupo:** Porque permite evidenciar cómo la danza influye en su trayectoria de vida.
- **Permanencia:** Es una chica que acude constantemente a los ensayos.
- **Discapacidad congénita y adquirida:** Porque tenía dos tipos de discapacidad y permitía encontrar elementos claves en el desarrollo de la investigación
- **Disposición:** Para participar en el proceso de la investigación.

Para el desarrollo del estudio sin que hubiera prejuicios para los sujetos estudiados, fue necesario tener en cuenta los criterios éticos propuestos por Hammersley y Atkinson (1994): consentimiento informado, privacidad, perjuicio, explotación y consecuencias para una investigación futura; toda vez que, en las investigaciones sociales prevalece la integridad de las personas sobre la producción conocimiento.

Hallazgos y discusión

Danzando en una sociedad discapacitante

La discapacidad es una condición que puede llegar en cualquier momento de la vida, ya sea adquirida o congénita, puesto que, nadie está exento de sufrir algún accidente o de presentar alguna enfermedad que lo deje en condición de discapacidad, es por ello que este tema compete a toda la sociedad (Muñoz, et Al. 2020). A continuación, por medio de los relatos, se cuenta la historia de vida de la protagonista de este estudio, quien nació y creció con una discapacidad, pero no ha sido obstáculo para proyectarse.

Mí discapacidad en sí es visual y también me dicen que, en la cadera, no lo cojo tanto en la cadera sino en lo visual que fue de nacimiento, lo de la cadera me contaba mi abuela que a los 3 meses de nacida me hizo caer la nana de un camarote y ahí, me descadere. Pero, ella al momento qué pasó esto, inmediatamente me llevó donde un señor sobandero, y él fue que me arregló un poquito la cadera y mi abuela me empezó a colocar fajas y todo eso (EN#1; SJ1, P#2).⁴

Adquirir una discapacidad coarta la posibilidad de llevar una vida “normal”, y ello se agudiza cuando el núcleo familiar es sobreprotector.

Mi abuela no me dejaba salir, a ella le daba miedo, les decía a mis tías que no mandaran a la niña, la niña pobrecita, cuidado le pasa algo. No me dejaba ni sacar la basura, siempre me acompañaba mi abuela. (EN#1; SJ1, P#1).

Esta experiencia de adolescente se prolongó hasta la adultez, antes de hacer parte del grupo de danza, ello se evidencia en el siguiente relato que comparte la profesora de danza.

Ella estaba enrutinada, confinada en la casa haciendo los quehaceres del hogar, vivía con su abuela se desplazaba de un lugar a otro. cuando empecé a invitarla, y ella empezó a participar de los ensayos, no les gustó. Porque contaban con el tiempo de ella, y ella no contaba con su propio tiempo. (EN#3; SJ2, P#4)

En el primer relato se evidencia la sobreprotección, y en el segundo como la cosifican por su condición, ello puede repercutir en inseguridad y temor ante situaciones adversas. En relación

⁴ Los párrafos en cursiva son relatos que emergieron de las entrevistas. Se colocan fuera del texto y en cursiva para diferenciarlos. El código que acompaña a los relatos, permite evidenciar el sujeto que lo manifiesta y la técnica que se utilizó para acopiar la información, por ejemplo, Sjl: Sujeto número uno; EN: Entrevistas: P#2: pagina; TR: técnica de recolección de datos Estos códigos se han utilizado, para salvaguardar la identidad de las personas que participaron de la investigación.

a lo anterior, Domínguez y Vásquez (2010) plantean que los niños sobreprotegidos se limitan y se vuelven dependientes de sus acudientes, ello se complejiza cuando los infantes tienen alguna discapacidad; acarreado a futuro problemas en la autoestima y, por ende, en la relación con sus pares. En el presente relato, comparte un de los tantos avatares que ha tenido que sortear durante su trayectoria de vida:

En ese momento yo casi no exponía, las que exponían eran ellas. Yo les daba todo lo que había hecho, ellas eran las buenas, la verdad a mí me da miedo, era muy tímida, la verdad no sé porque me daba miedo exponer, eso siempre lo he tenido desde niña. (TR:EN#1; SJ1; P#2).

El presente relato deja entrever que los procesos de crianza se reflejan en diferentes contextos, en este caso en el colegio, de ahí la importancia de formar a los niños y jóvenes con una autoestima alta para que sepan afrontar las diferentes situaciones, independientemente si se tiene o no una discapacidad. En relación a lo anterior, Pérez (2019) plantea que:

La autoestima es la confianza en nuestra capacidad de pensar y enfrentarnos a los desafíos básicos de la vida, así como la confianza en nuestro derecho a triunfar y a ser felices; el sentimiento de ser respetables, de ser dignos y de tener derecho a afirmar nuestras necesidades y carencias, alcanzar nuestros principios morales y gozar del fruto de nuestros esfuerzos (p.27).

La autoestima es un aspecto relevante en la identidad personal de los sujetos, y determinante en las relaciones inter e intrapersonales para lograr las metas que se van trazando en la trayectoria de vida, que es caótica y requiere de autoconfianza para sortear los diferentes obstáculos. La persona investigada comparte el siguiente relato, donde se evidencia que por su condición de discapacidad era discriminada por los compañeros de aula.

Hubo un momento en que nos pidió la profesora de cálculo, que hiciéramos una exposición y me tocó sola, y me decían los compañeros que yo no podía, que prácticamente que yo era una bruta. En ese momento no dije nada, me quedé callada. Cuando llegó el día de la exposición, mis compañeros todo lo cogían de recocha; cuando ya en el momento en que yo expuse, la profesora me llamó al tablero y ahí les di a entender que yo sí podía, que yo no era ninguna bruta, como ellos lo manifestaban (TR: EN#1; SJ1; P#2).

Las personas en condición de discapacidad tienden a ser segregadas y estigmatizadas por no cumplir con los cánones sociales (Muñoz et al., 2020), lo cual conlleva a maltratos psicológicos en los diferentes contextos donde interactúan. Como lo manifiesta la entrevistada en el siguiente relato:

Yo tenía un amigo en el colegio, él siempre me lastimaba con palabras ofensivas y yo también lo hacía, porque él es un poco barroso y por ahí por ese lado me le metía. Para que dejara de molestarme. (TR: EN; EN#1; SJI; P#1).

En este caso, la violencia verbal se convirtió en un mecanismo de defensa que repercute en conductas antisociales, acto que se hace más evidente en los adolescentes y en las instituciones educativas. Las agresiones físicas y verbales frecuentes pueden desencadenar en las personas en condición de discapacidad complejos de inferioridad, timidez, aislamiento o en el peor de los casos desertar de los centros educativos. Es por ello, que el acompañamiento familiar en los primeros años de vida, cumple un papel importante para fortalecer la autoestima y de esta manera, afrontar los inconvenientes que se presenten en su vida cotidiana.

Vivir en una sociedad discapacitante es una tarea titánica, pero es llevadera y se puede construir una trayectoria ascendente, si se cuenta con el apoyo de los grupos de los cuales se hace parte (Ferrante y Ferreira, 2011). De ahí la importancia de crear buenas relaciones interpersonales, puesto que, la subjetividad que se crea sobre sí mismo depende de la trayectoria de vida de cada sujeto. Gutiérrez et al., (2016), manifiestan que

la vivencia de la discapacidad, como experiencia de vida influye sobre la historia personal de todo individuo al comprender la subjetividad como una esfera conformada por múltiples aspectos (asociados a relaciones de poder, cultura, discursos, instituciones, modelos entre otros) la persona interpreta y da un sentido a la discapacidad de acuerdo a sus propias experiencias de subjetivación. (p. 145)

En otras palabras, la discapacidad se percibe y vive de acuerdo a los contextos transitados y la identidad, que se configura y cambia en relación a las experiencias de vida. En relación a lo anterior, es importante conocer cómo la bailarina conoció el grupo de danza que la sumergió en otro mundo, para explorar otras facetas de su vida.

Yo vivía en esa época en Pandiguando, en la casa de mi mamá. El profesor Rigo (esposo de la profe Sandra), tenía un gimnasio de boxeo entonces, yo pasaba todos los días por ahí, llegó un día que él me llamó ¡vea! por aquí andan buscando niñas con discapacidad,

y yo como que aquí qué pasó ¡dije yo! Después de un tiempo, volví a pasar por allí y el profe volvió a llamarme y me presentó la profesora Sandra, ella es mi esposa, ella está encargada ahora de (Saibor Dance) queremos saber, sí quieres hacer parte de nosotros. (TR: EN; EN#2; SJ1; P#5).

En el presente relato se evidencia que la bailarina no se percibía con discapacidad, ello puede ser por dos razones, la primera porque el núcleo familiar y los diferentes grupos de los que hace parte no la rechazaron o la hicieron sentir como una persona con discapacidad, y la segunda porque no aceptaba su discapacidad, teniendo en cuenta lo expuesto en la primera categoría axial se puede inclinar por la segunda opción. Por lo tanto, para que haya un desarrollo óptimo, es necesario que el sujeto en condición de discapacidad aprenda a aceptarse como es, y un aspecto relevante para ello, es hacer parte de grupos en los que sean aceptados por sus capacidades y no por su condición física. Lo anterior se evidencia en los relatos de la profesora de danza y de la bailarina.

Encontrarse con sus pares, encontrarse con mujeres que tenían el mismo dialecto a pesar que su singularidad era diferente, el punto de la diversidad es que todos podemos. Pero uno se encuentra en su singularidad, desde mi punto de vista llega esa fase de mediación, es bonito, porque hay unas que sí pueden hacer esto, y otras que no. A pesar de las diferencias logramos construir el grupo de Guerreras, donde el reencuentro no es con la discapacidad, el reencuentro es lo que yo puedo hacer a partir de (TR:EN: EN#3; SJ2, P#2).

Hablé con la profe y me citó en el Pueblito Patojo, allá nos presentamos todas, esa fue la primera vez que nos encontramos, fue muy chévere, muy lindo y prácticamente fue muy emotivo, porque yo nunca había tenido cercanía con personas con Sí me entiendes, ¡porque yo tampoco es que me sienta persona con discapacidad!, entonces, esto me motivó y yo ¡aquí que pasa! Y ¡esto! (TR: EN; EN#2; SJ1; P#5)

Compartir con personas que no se discriminan por su condición física o cognitiva, permite que se afiancen lazos de amistad y se reconozcan fortalezas y debilidades, contribuyendo a crear una mejor subjetividad e identidad personal, ya que las personas en situación de discapacidad que aprenden a aceptar su condición potencializan sus capacidades con mayor facilidad. (Gutiérrez et al, 2016).

La auto-aceptación en esta población es de suma importancia, pero es necesario que la familia como el grupo social más importante de todo sujeto, los apoye a sortear los diversos avatares a los que deben enfrentarse en una sociedad discapacitante, lo anterior, para construir una subjetividad propositiva que aporte a su autoestima. En relación a lo anterior, la joven comparte cómo su familia no la apoyó en su elección de hacer parte de un grupo de danza, en el que miraba una oportunidad de compartir y expresar sus emociones y sentires.

En mi familia no me apoyaban, nunca me llegaron apoyar, ellos son chapados a la antigua. Entonces, nunca me llegaron apoyar, nunca me llegaron a ver en ninguna presentación ni nada, yo hacía mis cosas por mí misma, porque en ese tiempo yo tenía mayoría de edad. Me decían que me saliera de ahí, que estaba perdiendo el tiempo. (TR: ; EN#2; SJ1; P#8)

El testimonio permite entrever varios aspectos, sin embargo, es oportuno resaltar dos: primero, la falta de apoyo de su familia; segundo, su osadía por seguir adelante y mantenerse dentro del grupo de danza. En cuanto al apoyo familiar, es menester resaltar que ella debe propiciar los espacios y tiempos para que la persona en condición de discapacidad pueda desarrollarse a plenitud (Guevara y González, 2012). De igual manera, Sarto (2001) puntualiza que:

la familia deberá ofrecer oportunidades suficientes para desarrollar aquellas habilidades y competencias personales y sociales que permitan a sus miembros crecer con seguridad y autonomía, siendo capaces de relacionarse y de actuar satisfactoriamente en el ámbito social. De ello se desprende también el decisivo papel que adquieren los adultos cercanos familiares en la educación de los niños, aunque sin olvidar que otras instituciones y medios intervienen igualmente en la educación de las personas” (p. 1).

Valga aclarar que el apoyo familiar es determinante para que este grupo de personas tengan la confianza en ellos mismos, logren interactuar y se proyecten. Sin embargo, es de resaltar que, ante la ausencia de apoyo familiar, también se puede salir adelante, para ello es necesario estar rodeado de un grupo de personas que brinde apoyo y acepten sin distinción de género o discapacidad, y ello es lo que brindó el grupo de danza a esta joven que sin el apoyo de su familia se motivó para mantenerse en el grupo, y bailar libremente sin prejuicios y señalamientos, en búsqueda de dar sentido a la vida en un mundo caótico y analfabeto en la alteridad.

En el siguiente relato se expone la incertidumbre, los nervios y la ansiedad de presentarse por primera vez al escenario, de igual manera, es notable las ganas de bailar ante el público y consecuentemente, visibilizarse socialmente.

Ese día fue muy emotivo para todas porque obviamente teníamos muchos nervios, por dentro porque era la primera vez, que nos íbamos a presentar teníamos el ego adentro porque obviamente era la primera vez que cada una nos íbamos a presentar en un lugar público, eran unas ganas y le decíamos a la profe vayámonos a presentar así sea sin nada, pero, ¡vamos! (TR: EN; EN#2; SJ1; P#6)

El querer salir a bailar sin importar los prejuicios que el público puede hacer hacia ellas por su condición física, deja entrever que el trabajo en grupo da confianza, y desecha los temores y concepto de inferioridad, lo cual redundará en una mejora de la autoestima desde los procesos de resiliencia que se agencia en el bailar. El reconocimiento del público promueve en los bailarines autoconfianza y los motiva a seguir transitando en el mundo de la danza (Guajardo,2018; Kenestaut et al.,2010).

No hay que desconocer que bailar ante el público genera temor, pero el compañerismo y la emoción de dar a conocer el trabajo que se teje en cada ensayo, son el aliciente para demostrarse a sí mismas que son capaces de lograr lo que se proponen, dejando a un lado la discapacidad y enfrentando el miedo para bailar al ritmo de que todo es posible. En relación a lo anterior, Guajardo (2018) plantea que las relaciones interpersonales que se promueven en un grupo determinado genera confianza, seguridad y sentido de pertenencia por el grupo, en este caso, el trabajo colaborativo permite a las bailarinas apartar los miedos para enfrentarse al público.

Había frustraciones de algunas compañeras, había una que la verdad, nos decía que no podíamos, que ella no podía hacerlo, pues nos llegamos a desanimar en esos choques que la verdad hay en todo grupo. la verdad, eso hacía que nos sentíamos incapaces. pero, llegó la vez que la profe Jennifer nos dijo ¡ustedes sí pueden! Luego de esa motivación empezamos a ensayar y sacamos una hermosa coreografía, una divina coreografía la verdad, es que nos sentíamos muy importantes. (TR: EN; EN#2; SJ1; P#6)

Los movimientos corporales, la música y el contacto con el otro son algunos de los tantos aspectos que se promueven al bailar, y son los que permiten entrar en un estado de nirvana que

hace olvidarse de la discapacidad y de los prejuicios sociales que hace la sociedad por no poseer un cuerpo legítimo. En relación a lo anterior, López y Mendoza (2021) plantean que “la danza inclusiva resignifica otros posibles, a través de la sutileza y delicadeza de rítmicos movimientos que encantan, sorprenden, enamoran y hacen olvidar la existencia de la discapacidad” (p.60). En este sentido, puede exponerse que la discapacidad es más mental que física, y que se requiere de procesos de resiliencia y motivación para salir del agujero de la discapacidad que promueve el sistema capitalista, desde los modelos de cuerpo legítimo y estándares de belleza.

No sabíamos si íbamos a salir bien o mal, las personas nos miraban mucho, creo que era por nuestra condición física. Entonces, una compañera era de religión cristiana, a orar con otra compañera que también lo es, empezamos a orar y cogimos fuerza. Entonces, todas empezamos a quitar esa timidez, ese miedo, ese todo. Gracias a Dios nos salió bien la coreografía. (TR: EN; EN#2; SJI; P#6)

Es evidente que los nervios siempre van a estar presentes, y más cuando el público no está enseñado a mirar en las tarimas a personas amputadas o con algún tipo de discapacidad física, pero es el trabajo en equipo y la motivación colectiva la que permite sacar a flote las competencias artísticas y desmitificar que la discapacidad es una limitante para bailar en diferentes escenarios. Toda vez que, la música, el ritmo y el contacto corporal sumergen al bailarín en estados emocionales que lo adentran en un trance de alivio y felicidad, haciéndolo olvidar de su discapacidad (López y Mendoza, 2021). Al respecto la profesora expone

son niñas que debíamos endulzar, que mejor que la música y la danza. La música es universal, ella se transforma en diferentes historias, culturas, estilo y ritmos, y que mejor que la danza porque tú te expresas con el cuerpo, para mí la danza es ver el cuerpo flotando en agua, para las niñas bailar es encontrarse consigo mismas. Esto permitió que las chicas mostraran interés y se sintieran a gusto en el grupo, espacio único en donde todas hablaban el mismo idioma (EN: EN#3; SJ2, P#6).

Danzar es un acto individual y colectivo, puesto que cada bailarín desde sus aptitudes corporales aporta a la coreografía, pero yendo más allá de lo estético, es oportuno exponer que la danza afianza el trabajo en equipo, la autoestima, la seguridad en sí mismo y el respeto por el otro, y en personas con discapacidad es un medio terapéutico tanto físico como psicológico. Lo anterior se reafirma en los siguientes relatos, donde la joven comparte cómo la danza y el apoyo del público las motiva a seguir ensayando para consolidarse como grupo artístico.

En una presentación, mientras bailábamos, el público se emocionaba y se preguntaban ¿quiénes éramos? ¿qué hacíamos?, así nos fuimos dando a conocer, esa presentación fue muy maravillosa para el grupo, y nos motivó a seguir ensayando para brindar cada vez un mejor espectáculo. (TR: EN; EN#2; SJ1; P#6)

Al bailar yo sentía paz, prácticamente, paz interior, como paz corporal porque obviamente me sentía muy diferente, eso no lo siento al estar en la casa, pero me sentía más paz en el grupo (TR: EN; EN#2; SJ1; P#8).

El segundo relato permite exponer que la danza va más allá de coreografías y movimientos corporales perfectos, porque se crean lazos de amistad que trascienden y ayudan a buscar paz interior, mejorando las relaciones intrapersonales para sanar las heridas que crean las miradas despectivas de esta sociedad discapacitante e indolente.

La danza inclusiva como reencuentro de sí y con el otro (a)

El trabajo colectivo y la aceptación del grupo de bailarinas le permitió a la persona entrevistada, afianzar su autoestima e identidad, para enfrentar uno de los principales miedos, presentarse al público. Así lo afirma la profesora:

Ella superará la fase del miedo, porque se había trabajado, y se crearon unas disciplinas de ensayo, quedándose todos los días hasta altas horas de la noche. Se preguntaba ¿cómo nos va ir? ¿cómo nos presentamos? esos nervios se unificaron, y a la hora de subirse en el escenario se les olvidaba los nervios, aunque tocó confrontar muchas cosas antes de llegar a este punto. Mucha gente las ve bailando, pero no saben todo el esfuerzo que las niñas habían hecho para llegar ahí (EN#3; SJ2, P#6)

La danza ha sido como una pócima mágica que permitió a la chica encontrarse con sí misma y salir de la monotonía, despertar de lo más profundo de su sombra y aprender a leer su mente y su cuerpo con el movimiento y las melodías que susurraban en lo más profundo de su ser, enfrentándose en el vaivén del mundo circundante, que la hizo más fuerte y empoderada. Ello se corrobora en el siguiente relato que comparte la profesora:

Durante el tiempo que pertenecieron al grupo de danza, se reencontraron consigo mismas y se dieron cuenta de que podían hacer las cosas, solo si colocaban voluntad y disciplina. La danza cambió su estilo de vida, desde lo profesional, pero, sobre todo,

adquirieron seguridad, y la autoestima mejoró hasta un punto de volverse empoderadas. (EN: EN#3; SJ2, P#4)

La danza inclusiva es un hilo que permite tejer coreografías, pero sobre todo proyectos de vida, donde cada bailarín utiliza la música y sus emociones para dejar en cada expresión un poco de su historia de vida, esquivando las miradas despectivas y satisfaciendo a quienes miran en la inclusión una posibilidad para una mejor sociedad (Muñoz, 2019). Por ello, la danza debe ser uno de los tantos escenarios para promover la inclusión y desmitificar que las personas con discapacidad no aportan activamente a la sociedad. Lo anterior se evidencia en el siguiente relato.

La danza me enseñó a no ser negativa en las cosas, me entiendes, eso prácticamente lo adquirí fue por la profe Sandra, ella siempre ha sido la motivación del grupo. De igual manera, aprendí a relacionarme y hacer amigas, con las chicas me la llevaba muy bien, salíamos y todo. (TR: EN; EN#2; SJ1; P#11).

La danza inclusiva permite hilar proyectos de vida para contrarrestar las brechas de desigualdad que se instauran desde las miradas despectivas. Al respecto, López y Mendoza (2021) aluden que el interés de esta danza es:

es explorar y reivindicar las maneras de integrar a quienes se sienten o les han hecho sentir inferior y/o diferente, permitiendo que ese ser por sí mismo explore sus capacidades y reconozca a través de sus experiencias y sentipensamientos reconfigurar su manera de vivir y convivir consigo mismo, con el otro, con la otra y con el mundo. (p.61).

La danza es un acto que rescata lo cultural, pero, sobre todo, es un abanico de posibilidades para que las personas en condición de discapacidad, olvidadas o invisibilizadas por la sociedad, se demuestren a sí mismas y sus semejantes que su condición física o cognitiva no son limitantes para trazar sus proyectos de vida. Las chicas han tomado liderazgo y se han dado cuenta que la discapacidad no es un impedimento para salir adelante, así lo manifiesta la docente en el siguiente relato.

Emergieron como grupo, y se preguntaron ¿a dónde vamos a llegar? ¿hasta dónde vamos hacer? Estas inquietudes y el compromiso en cada ensayo dieron origen a nuevas líderes, y a partir de ahí consolidaron el grupo, y se volvieron muy fuertes y empoderadas (EN: EN#3; SJ2, P#3).

Estos relatos cargados de emociones, sentimientos y de historias que han marcado la trayectoria de vida de la bailarina, invitan a reflexionar que la vida es una danza que se baila y disfruta dependiendo del escenario social o cultural en que este inmerso, por ello, en cada puesta en escena no se ven mujeres en situación de discapacidad, sino un grupo de mujeres que dejan a un lado sus limitaciones físicas para demostrarse a sí mismas y a la sociedad en general, que la discapacidad es un concepto más social que médico.

Conclusiones

Teniendo como punto de partida el análisis exhaustivo de los relatos que permitieron adentrarse en la subjetividad de la joven, y así comprender cómo la danza ha influido en su trayectoria de vida, se expone a modo de conclusiones que nacer con una discapacidad física en una sociedad pensada y estructurada para personas “convencionales” hace que se viva en un mundo de incertidumbres y consecuentemente, es más difícil hacerse un espacio en los diferentes contextos donde se interactúa, porque no se tiene el cuerpo esbelto o productivo estandarizado por el sistema capitalista y que legitima la sociedad. Junto a lo anterior, se concluye que la familia es un agente determinante para que la persona aprenda aceptarse, construya su identidad personal y afiance su autoestima, aspectos determinantes en la construcción de la línea biográfica, que se reconstruye constantemente en el trasegar por los avatares del diario vivir.

La danza inclusiva como expresión artística es un escenario que aporta en la formación de personas resilientes, empoderadas y con alta autoestima, y permite distanciarse o enfrentar los miedos o fantasmas segregadores que la sociedad promueve con las miradas o palabras despectivas; permitiendo transitar por caminos que en algún momento de sus vidas no pensaron recorrer, pero que el ritmo de la música y el compás de las coreografías los llevan a escenarios para exponer sus habilidades y destrezas, sin el temor a ocultar su discapacidad física.

La danza inclusiva permite afianzar lazos de amistad, porque no hay señalamientos entre los compañeros y entre todos buscan alternativas para conseguir el objetivo en común, bailar sin prejuicios y divertirse en la puesta en escena. Porque la esencia de la danza es dejar aflorar el sentir y las emociones, en esa comunicación con el compañero, el público y con sí mismo.

Danzar frente al público contribuye a que los bailarines venzan sus miedos y temores, pero, sobre todo, les permite visibilizarse socialmente y demostrarse a sí mismos que la

discapacidad es más mental que física o cognitiva, porque todo ser humano tiene habilidades, y el reto es descubrir el camino o el escenario para potenciarlas.

Referencias

- Almanza Beltrán, D. (2018). *Danza de esperanzas*. Facultad de Comunicación y Lenguaje, Universidad Pontificia Javeriana de Bogotá, Colombia.
<https://repository.javeriana.edu.co/handle/10554/44031>
- Argencio-Barquet, D. (2017). El arte de la Danza (o Lo que es la Danza con mayúscula). *Revista ComHumanitas*, Vol 9 (2), 192 - 218.
<https://www.comhumanitas.org/index.php/comhumanitas/article/view/173>
- Barnet, S. (2017). *Implementación de un programa de danza para personas con discapacidad intelectual: Repercusiones en su bienestar emocional*. (Tesis Doctoral). Universitat Ramon Llull. <https://www.tdx.cat/handle/10803/404840#page=1>
- Barrantes, R. (2007). *Investigación un Camino al Conocimiento un Enfoque Cuantitativo y Cualitativo*. Editorial Universidad Estatal a Distancia.
<file:///C:/Users/Gloria%20Isaza%20De%20Gil/Downloads/Investigaci%C3%B3n%20un%20camino%20al%20conocimiento.pdf>
- Bourdieu, P. (1991). *El sentido práctico*. Taurus.
- Dallal, A. (2020). *Los elementos de la danza*. UNAM, Dirección General de Publicaciones y Fomento Editorial.
- De Rueda, B., y López, C. E. (2013). Música y programa de danza creativa como herramienta expresión de emociones. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 141-148.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/34545>
- Díaz, S. M. (2016). *“Corpografía del hambre. Cuerpos que resisten”*. Facultad de Psicología. Universidad de la República. Uruguay.
<https://www.colibri.udelar.edu.uy/jspui/bitstream/20.500.12008/8472/1/Diaz%2c%20Sandra.pdf>

- Domínguez, A. y Vásquez, N. (2010). La sobreprotección de los padres en el desarrollo de habilidades adaptativas en personas con discapacidad. *Revista de psicología*, 2(5), 1-13.
<https://www.uv.mx/psicologia/files/2016/10/Nilvia.pdf>
- Ferrante, C., y Ferreira, M. Á. (2008). Cuerpo, discapacidad y trayectorias sociales: dos estudios de caso comparados. *Revista de Antropología Experimental* n° 8, 403-428.
<https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/rae/article/view/2020/1768>
- Fructuoso, A. y Gómez, S. (2001). La danza como elemento educativo en el adolescente. *Apuntes Educación física y deporte*, Vol 4, 66, 31-37.
<https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/301902/391518>
- Gamba, C. A. (2014). Corporalidades diversas y habilidades mixtas: replanteando las representaciones sociales de la discapacidad a través de la danza integrada. *Revista Inclusiones*. Volumen Especial / Número 1 / Octubre-diciembre, 73-86.
http://riberdis.cedid.es/bitstream/handle/11181/4492/Corporalidades_diversas_y_habilidades_mixtas.pdf?sequence=1
- Giaconi, C., Pedrero, Z., y San Martín, P. (2017). La discapacidad: Percepciones de cuidadores de niños, niñas y jóvenes en situación de discapacidad. *Psicoperspectivas*, 16(1), 55-67.
https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242017000100006
- González, S. y Lagos, V. (2011). *Danza Integradora, una cátedra para la Inclusión Social, la Diversidad y la Integración Comunitaria en Artes del Movimiento del IUNA*. Ponencia presentada en el XI Congreso Iberoamericano de Extensión Universitaria. Santa Fe de Argentina, noviembre 22-25.
<https://www.unl.edu.ar/iberoextension/dvd/archivos/ponencias/mesa3/danza-integradora-una-catedr.pdf>
- González, S. y Macciuci, M. I. (2013). El poder de la danza en personas con discapacidad. *X Jornadas de Sociología*. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Argentina. <https://cdsa.academica.org/000-038/210.pdf>
- Guajardo, D. (2018). *Afición a la danza, importancia y recorrido en torno a las trayectorias de vida.: descripción de los factores que relacionan las trayectorias y experiencias de vida con la motivación por la danza de un grupo de personas aficionadas*.
<http://bibliotecadigital.academia.cl/xmlui/handle/123456789/4808>

- Guevara, Y. y González, E. (2012). Las familias ante la discapacidad. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15 (3), 1023-1050.
<http://revistas.unam.mx/index.php/repi/article/viewFile/33643/30711>
- Gutiérrez, P., Moya, R., Saa, J. P., Yañez, N. y Campos, J. (2016). Subjetividad en agrupaciones de personas en situación de discapacidad: explorando la dualidad sujeción-agencia y la visión de discapacidad desde la propia vivencia. *Revista chilena de terapia ocupacional*. 16 N°. 1, 133 – 145.
<file:///C:/Users/Gloria%20Isaza%20De%20Gil/Downloads/dcifuentes,+Journal+manager,+13n.pdf>
- Instituto Nacional para Ciegos INCI. (2018). Boletín, Edición Número 193, 14 de Noviembre.
<https://www.inci.gov.co/blog/segun-el-dane-el-72-de-los-colombianos-tiene-alguna-discapacidad#:~:text=Inicio-.Seg%C3%BAAn%20el%20DANE%2C%20el%207%2C%25%20de,los%20colombianos%20tiene%20alguna%20discapacidad>
- Hammersley, M. y Atkinson, P. (1994). *Los relatos nativos: escuchar y preguntar. Etnografía. Métodos de investigación*. Paidós.
- Knestaut, M., Devine, M. A., & Verlezza, B. (2010). “It gives me purpose”: The use of dance with people experiencing homelessness. *Therapeutic Recreation Journal*, 44(4), 289-301.
https://bctra.org/wp-content/uploads/tr_journals/877-3426-1-PB.pdf
- López, D. Y. y Mendoza, P. R. (2021). *La Danza Inclusiva una Mirada en la Resignificación de Otras Formas de Comunicación* (Tesis de maestría). Corporación Universitaria Minuto de Dios.
<https://repository.uniminuto.edu/xmlui/handle/10656/13189?locale-attribute=es>
- Mercado, E., Merino, C. y González, D. (2021). Los beneficios de la danza en la mejora de la calidad de vida (CdV) de personas con discapacidad intelectual (PcDI). *Alternativas. Cuadernos de Trabajo Social*. Vol. 28 (2), 215-246.
https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/115828/1/Alternativas_2021_28-2_04.pdf
- Muñoz, M. M. (2019). La danza como herramienta para fomentar la inclusión social de personas con discapacidad intelectual. <https://core.ac.uk/download/pdf/232122518.pdf>

- Muñoz, E., Lasso, C.A. y Pérez, S. (2020). La tricícleta: una máquina de construir y deconstruir historias. *Cultura, Educación y Sociedad*, vol. 12 no. 1, 203-216.
<https://revistascientificas.cuc.edu.co/culturaeducacionysociedad/article/view/2968/3173>
- Panesso, K. y Arango, M.J. (2017). La autoestima, proceso humano. *Revista electrónica Psyconex. Psicología, psicoanálisis y conexiones*, 9 (14), 1-9. Universidad de Antioquia.
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/Psyconex/article/view/328507/20785325>
- Planella, J. (2013). Pedagogía Social y diversidad funcional: de la rehabilitación al acompañamiento. *Educatio Siglo XXI*, Vol. 31 n° 2, 113-128.
<https://es.scribd.com/document/408074080/Planella-2013-Pedagogia-Social-y-Diversidad-Funcional>
- Pérez, H. (2019). Autoestima, teorías y su relación con el éxito personal. *Revista alternativa de psicología*, 41, 22-32. <https://docplayer.es/118770547-Autoestima-teorias-y-su-relacion-con-el-exito-personal.html>
- Sarto, M. P. (2001). Familia y discapacidad. III Congreso “La Atención a la Diversidad en el Sistema Educativo”. Universidad de Salamanca. Instituto Universitario de integración en la Comunidad (INICO). Vol. 6, 1-11.
<https://campus.usal.es/~inico/actividades/actasuruguay2001/5.pdf>
- Strauss, A. y Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Editorial Universidad de Antioquia.
- Vasilachis, I. (2006). *Estrategias de Investigación Cualitativa*. Gedisa.
- Vásquez, A., y Neira, C. (2020). Concepto de discapacidad: Historia y reflexiones para Colombia. *Movimiento Científico*, 14(1), 33-44.
<https://revmovimientocientifico.iberu.edu.co/article/view/mct.14104/1600>