

ESTUDIO CIENTÍFICO DE LOS EFECTOS DE BIODANZA

Rolando Toro Araneda

Un grupo de investigadores pertenecientes a la Universidad Abierta Interamericana de Buenos Aires (Argentina) y de la Universidad de Leipzig (Alemania), están desarrollando estudios científicos sobre los efectos orgánicos y psicológicos que produce Biodanza sobre las personas. Este estudio está bajo la dirección del Dr. Marküs Stück y Colaboradores: Profesores Raul Terren, Verónica Toro y Alejandra Villegas.

Esta investigación se desarrolla actualmente en el Departamento de Psicología de la Universidad de Leipzig y cuenta con el apoyo de científicos del Laboratorio de Bioquímica de esta Universidad. En el grupo de colaboradores en psicología debemos mencionar a: B. Kuske, H. Helm, K. Hinderman, A. Zeiss, U. Sack, K. Horm y M. Schwarzbach.

Este estudio trata de conocer científicamente las variables psico-fisiológicas, neuro-hormonales e inmunológicas que se producen en el organismo bajo los efectos de Biodanza (Stück, Schneider, Hecht).

El Departamento Científico de IBF, al cual pertenecen los investigadores, ha programado diversos estudios para tener referencias científicas de control y dar bases conceptuales serias y objetivas al Modelo Teórico de Biodanza; esto es indispensable en el perfeccionamiento metodológico del Sistema Biodanza y sus aplicaciones en salud y educación.

Las investigaciones que se están realizando en la Universidad de Leipzig abarcan todos los aspectos orgánicos, afectivos y comportamentales del hombre como totalidad. Las mediciones se realizan antes, durante y después de las sesiones de Biodanza; en algunos casos se mide la duración de los efectos después de quince días.

Entre los aspectos que están en investigación, podemos mencionar los siguientes:

1. Regulación de la agresividad (relación con otros, compañerismo, respeto),
2. Capacidad afectiva (amor, amistad, empatía),
3. Autorregulación orgánica de la fatiga,
4. Dinámica de los estados endotímicos (variaciones del humor, euforia, depresión),
5. Variables psicofisiológicas:
 - a. Resistencia al estrés,
 - b. Resistencia eléctrica de la piel (reacción simpática – parasimpático)
 - c. Variaciones del ritmo cardíaco y de la presión arterial,
6. Parámetros neuroinmunológicos (cuando se descargan tensiones mejora el nivel de "Inmunoglobulina A").

Se comparan los cambios observados empíricamente con los resultados de las mediciones de laboratorio.

La publicación completa de los resultados de esta investigación y sus aplicaciones en la metodología de Biodanza están en elaboración.

Referencias Bibliográficas:

Markus Stück, Kart Hecht, Stefanie Andler, Stefan Breinl, Cornelio Voigt-Spychala, H.J. Lander (2001): Control objetivo de la capacidad de relajación por medio de la medición de res tiempos de la presión sanguínea y de la actividad electrodermal (EDA), En Hecht K., Scherf H.P., Köning O.: "Estrés emocional por sobrecarga de exigencias" Berlin, Milow, Strasburg: Schibri- Editorial (en alemán).

Stück, M. (1998). *Entrenamiento de relajación en la escuela con elementos de Yoga. Cómo se pueden suprimir las sobrecargas*. Donauwörth: Auer Editorial (en alemán).

Stück, M; Schneider, S; K. Hecht (2001). *Diagnóstico de sinestesia desde aspectos psicobiológicos: Diagnóstico de hipersensibilidad a través de la actividad electro-dérmica (Estudio piloto)* (en alemán).