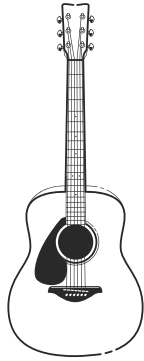






# LA DISTONÍA FOCAL DEL MÚSICO

Una investigación auto-etnográfica



# LA DISTONÍA FOCAL DEL MÚSICO

Una investigación auto-etnográfica

*Julío César Jiménez Moreno*

---

---

---

---

---

---

Esta investigación arbitrada por pares académicos se privilegia con el aval de la institución editora.

Portada: Miguel Ángel Cid

*Distonía focal del músico. Una investigación auto-etnográfica*  
Primera edición, 2024

© Julio César Jiménez Moreno  
© Universidad Autónoma de Zacatecas  
“Francisco García Salinas”  
Departamento Editorial UAZ  
Torre de Rectoría, tercer piso, campus UAZ  
Siglo XXI, carretera Zacatecas-Guadalajara  
kilómetro seis, colonia Ejido La Escondida  
98000, Zacatecas, Zacatecas, México.

ISBN:

Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta obra, por cualquier medio electrónico o mecánico, sin la autorización de la institución editora.

Colaboración especial de:

---

Juan Carlos Laguna

---

José Miguel Suárez

---

Mario García Hurtado

---

Juan Carlos Aguilar

---

Jaume Rosset I Llobet

---

Sandra Romo

---

Prólogo: Juan Reyes Juárez





# PRÓLOGO

Para algunos filósofos de la Medicina, la enfermedad no se limita meramente a unas disfunciones biológicas características, sino que debe entenderse de una manera más integral para que incluya aspectos sociales, emocionales, psicológicos y biográficos de la persona que padece una enfermedad. Consideran que la limitación del concepto de enfermedad a únicamente sus aspectos “biológicos”, olvida por completo uno de los aspectos más importantes de la Medicina: la persona que sufre y que busca ayuda. La persona enferma. La persona doliente que no sabe qué pasa con su cuerpo que ha dejado de responderle como antes lo hacía.

De acuerdo a estos filósofos, la enfermedad debe incluir también el padecimiento de la persona que sufre. Padeecer una enfermedad significa que una persona inicia un proceso de búsqueda de diagnóstico: ¿Qué es lo que tengo? ¿Qué hay de “malo” en mí? Significaría también la incertidumbre existencial o incluso religiosa que conlleva la enfermedad: a veces aparece la sensación de que una oscuridad innombrable y difícil de comprender rodea la vida y que todo se ve distinto. La persona puede llegar a preguntarse: ¿Qué hice para merecer eso? Y en algunos casos puede llegar a tener creencias o fantasías en torno a esa respuesta, que pueden incluso causar más sufrimiento que la enfermedad misma. De algunas enfermedades se dice que mata

más o que causa más daño el prejuicio o el estigma que la enfermedad misma. Es muy frecuente que las personas busquen un significado para lo que pasa con ellos. Algunas veces el significado ayuda, pero otras es una fuente más de sufrimiento.

El padecer se aplicaría también a las personas que rodean a quien sufre una enfermedad: amigos, familiares, pareja, y demás miembros del círculo cercano. Ellos y ellas son partícipes del sufrimiento existencial de la persona enferma. ¿Cómo poder aliviar el dolor de mi ser amado? ¿Cómo ayudarlo a llevar la furia, la angustia o la desesperación que solo él conoce? Por mucho que te ame no puedo llevar tu dolor ni puedo sufrir por ti tu propio sufrimiento. Sólo puedo acompañarte, estar junto a ti y entibiar tu páramo desolado. Yo no estoy enfermo, pero yo padezco la enfermedad de mi amigo, pareja, familiar, hermano.

En todos los casos anteriores, el concepto de “padecer una enfermedad” resulta de la mayor importancia, porque expresa la idea de que una persona vive una enfermedad en parte por sus juicios de valor, sus creencias, su trabajo, la sociedad y la cultura en la que se encuentra, pero que también incluye aspectos tan sutiles como los espirituales. Dado que espiritualidad y religión son conceptos mucho más amplios de lo que usualmente se entiende, los dolores o angustias espirituales valdrían incluso para personas ateas, pues hoy se considera que también existen formas de espiritualidad atea y formas de religiosidad atea. Así que el sufrimiento espiritual puede afectar también a una persona atea en su proceso de padecer una enfermedad.

Todo lo anteriormente dicho acerca del padecimiento, aplíquese al caso específico de un músico: una persona especialmente sensible, una que pertenece al mundo del arte y que por su misma pertenencia se considera especialmente dotado para sentir. Y si a esto todavía le sumamos que enferma de una dolencia que afecta lo máspreciado que tiene: su capacidad musical. ¿Cómo es su angustia, su miedo y su furia ante la enfermedad?

¿De qué manera un músico podría experimentar o padecer su enfermedad? ¿De qué manera quienes le rodean padecen la enfermedad que aqueja a este músico?

Para poner la última cereza al pastel: ¿Cómo padece un músico una enfermedad que en México es casi desconocida y para la que no hay en este país ningún centro de tratamiento especializado?

El libro que ahora tiene el lector en sus manos puede servir para responder todas estas y muchas otras preguntas. Este libro narra la vivencia de un músico mexicano que fue diagnosticado con distonía focal del músico, enfermedad muy poco conocida en México que afecta específicamente las habilidades de movimiento durante la ejecución.

Por último, me gustaría llamar la atención sobre lo que dice el autor:

*En realidad yo debí de haber superado la distonía hace muchos años si tomamos en cuenta los elementos que he tenido a mano para poder hacerlo y sin embargo, esto no ha sido así. Estoy cierto de que ello no tiene que ver con los especialistas que me han tratado, creo firmemente que son doctores muy capaces y que me dieron, cada uno en su momento y desde sus perspectivas, herramientas suficientes para superar el problema. En una entrevista que le hicieron al doctor Jaume en TVE, él comenta en algún momento que ellos no tienen todas las respuestas, que “si la solución está en algún lugar, ese lugar está dentro del propio músico” (Rosset, 2012), creo que efectivamente es así. (negritas mías)*

Y al respecto, me gustaría recordar que la enfermedad, el padecimiento y los trastornos pueden inducir en la persona una furia difícil de reconocer, manejar y de aceptar. Es frecuente que asociemos la enfermedad con el sufrimiento, con el dolor, con

la víctima. Sin embargo, la enfermedad es mucho más compleja que dolor y sufrimiento. Por difícil que cueste pensarlo, hay un componente de furia, de enojo y de rabia que resulta muy difícil de manejar. Ese componente, si no se reconoce, puede inducir al autobicot, a que la persona, al tratar de salir de la enfermedad, se autoboicot y caiga una y otra vez en el mismo proceso. A que inconscientemente, tras una aparente mejoría, haya un empeoramiento de los síntomas o una recaída severa. Es normal. Así de complejo es el proceso de la culpa y de la modulación de la agresión asertiva. Se nos enseña a ser víctimas, pero no se nos enseña a usar nuestra furia de manera asertiva. Hay que aprender a gritar, porque sin la expresión de la furia nunca habrá salud mental.

DR. JUAN REYES JUÁREZ

*Hermenéutica Filosófica, UAZ-CA-244*  
*Doctorado en Filosofía en Historia de las Ideas*  
*Especialidad en Bioética*

## PREFACIO

La distonía focal del músico es un trastorno del movimiento que se ha venido estudiando desde hace unas tres décadas desde el ámbito de la medicina del arte (Rosset; Candia & Fábregas, 2007; Sacks, 2009, et. al); aunque cabría decir que en realidad éste fenómeno no ha sido abrazado de una manera más general por la medicina, lo cual ha limitado hasta el día de hoy la investigación al respecto; el asunto ha quedado en manos de unos pocos especialistas en medicina del arte alrededor del mundo que han hecho avanzar el estado de la cuestión en base a su experiencia clínica y sobre todo, a su entusiasmo y vocación médica personal.

Pareciera, como ya lo señala Sandra Romo (2023), que las ciencias de la cognición, desde su vocación interdisciplinaria (Crick, Levitin, Ojeda, Peretz, Sacks, Varela et. al), serían quienes tendrían que retomar el estudio de la distonía y desde ahí, con su potencia teórica arrojar luces sobre este fenómeno. Desde esta área del conocimiento además de haber una riqueza teórico-conceptual, habría también los recursos e infraestructura necesarios para propiciar investigación del más alto nivel, recursos que difícilmente podrían estar al alcance de especialistas en medicina del arte, que además, trabajan de manera aislada o fuera de un contexto institucional que los arrope para desarrollar sus investigaciones.

En todo caso la ecuación tendría que ser a la inversa, los especialistas en ciencias de la cognición, respaldados por instituciones como lo que en México podría ser el Instituto Nacional de Neurología, tendrían que ser los que retomaran el conocimiento y la experiencia clínica de los especialistas en medicina del arte y a partir de ahí, potenciar todo ello hacia el mundo de la investigación científica, que a su vez terminara retroalimentando en un bucle constructivo a la práctica clínica.

Creo además, que el estudio de la distonía tiene que abrirse no únicamente a la interdisciplinar científica, sino a la transdisciplina (Fuguet, Nicolescu, Morin et. al) en su sentido más amplio y ahí es donde resulta pertinente no solo la visión de los científicos especializados, sino también un aporte como el que significa este trabajo, desde la perspectiva del sujeto y en este caso del sujeto que la experimenta en primera persona, la vive, la padece, o la sobrelleva de mejor o peor manera. Este tipo de abordaje, resulta en uno que comporta mucho mayor grado de complejidad para su comprensión y que necesariamente implica otro tipo de disciplinas, de manera muy destacada la psicología y en particular, la psicología de la música (Dalia Cirujeda, Moreno, Lacarcel et. al), pero no quedan excluidas aquí otro tipo de disciplinas humanísticas e incluso algunos otros campos del conocimiento que van más allá de la noción de disciplina, de ahí precisamente su carácter transdisciplinar.

Es justamente en este nicho en el que se ubica este libro, para ello me valgo de la metodología de la investigación cualitativa en varias de sus herramientas. En primer lugar y como perspectiva principal aparece la auto-etnografía (Eisner, Blacking, López Cano, Merriam, Pelinsky et. al), es desde ahí que a partir de mi propia experiencia como músico distónico desde hace más de quince años, intento ir articulando una serie de problemáticas relacionadas con la distonía e ir arriesgando algunas interpretaciones muy personales, pero que pudieran ser de utilidad para algunos otros músicos y por que no, también para algunos

especialistas que trabajan con este padecimiento. Dentro de esta metodología algunas herramientas de las que echo mano en este trabajo son, la entrevista autoetnográfica interactiva, la observación participante, el cuestionario, la narración libre, la cronología, la historia de vida, la autoetnografía crítica, el contraste con otras autonarraciones y el estudio de caso (López Cano & San Cristobal, 2014, Stake, 1998, Eisner, 1998 et al.).

Como parte importante para complementar mi perspectiva, se añaden dos capítulos finales en el libro, en uno de ellos se aborda la experiencia de otros cuatro colegas guitarristas José Miguel Suárez, Juan Carlos Laguna, Mario García Hurtado y Juan Carlos Aguilar, quienes también han sido diagnosticados en algún momento con distonía focal. En este ejercicio ellos cuentan en primera persona los detalles de su proceso de rehabilitación, así como sus impresiones internas al respecto. Podemos observar aquí algunas similitudes entre los distintos casos, pero también la especificidad de cada uno en función de la experiencia personal.

Finalmente un último capítulo que recoge la entrevista a dos especialistas en medicina del arte, el Dr. Jaume Rosset I Llobet y la fisioterapeuta Sandra Romo Figueróa, ambos muy destacados pioneros en la atención de este padecimiento a nivel internacional. En este par de entrevistas podemos también apreciar similitudes y diferencias en sus perspectivas, quienes desde su práctica clínica a través de los años han ido empujando el conocimiento en esta área aún poco estudiada.

Espero que el lector de este libro encuentre algunos elementos de reflexión que puedan abonar al conocimiento sobre este fenómeno que cada día se ha ido extendiendo más entre los músicos. Por mi parte dentro del estilo narrativo que tiene este trabajo por sus características como investigación autoetnográfica, intenté ubicar de manera puntual algunos pasajes especialmente significativos dentro de mi proceso como

paciente de distonía focal, así como algunos antecedentes relacionados con mi formación musical y las implicaciones personales, familiares y sociales que se asocian de manera directa con la problemática compleja que implica el padecimiento de una enfermedad como ésta.

Con este objetivo intento partir de un ejercicio de honestidad e incluso de cierta autocrítica constructiva, es por ello que no intento maquillar mucho los matices de mi propia psicología interna que perciben esta realidad de una manera netamente subjetiva, con todas sus implicaciones, valoraciones, interpretaciones, posicionamientos, mezquindades, miedos, parcialidades, en fin, todo lo que significa el ser humano en su limitación y en su potencialidad.

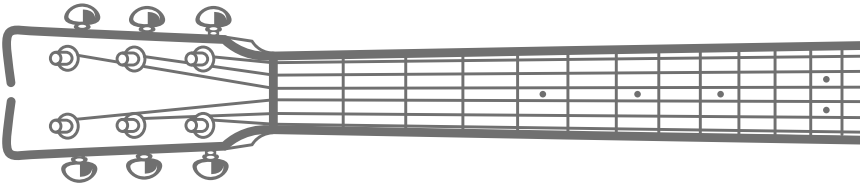


# ÍNDICE

- 9 PRÓLOGO de Juan Reyes Juárez
- 13 PREFACIO
  
- 21 EL ORIGEN
- 23 La etapa estudiantil
- 27 Etapa profesional
- 29 Momento de la lesión
  
- 37 LA REACCIÓN
- 39 Búsqueda del diagnóstico
- 41 El camino rumbo a la rehabilitación
- 44 El Instituto de Fisiología y Medicina del Arte de Terrassa-  
confirmación del diagnóstico
- 46 El Dr. Jaume Rosset I Llobet-Sensory Motor Retuning  
(SMR)
  
- 49 LA RESISTENCIA
- 51 El concurso de Almería
- 55 Regreso a México y abandono del tratamiento

- 64 El choque en el ejercicio docente: una práctica a contracorriente
- 67 Creciendo en otros ámbitos
- 69 La muerte profesional
- 72 Ponce exacerbado
- 
- 75 UNA NUEVA OPORTUNIDAD
- 77 Sandra Romo, Casa Senit y las cadenas musculares (GDS)
- 81 El tratamiento a distancia y el tercer abandono
- 82 Soy un ex – diabético
- 85 Regreso con Sandra
- 87 El cuarto abandono: el miedo no anda en burro
- 89 El diplomado en neuroplasticidad y consciencia corporal, una perspectiva refrescante. El quinto abandono.
- 
- 91 ANALIZANDO EL PROBLEMA
- 93 La distonía focal ¿enfermedad o padecimiento?
- 99 Los niños que duermen indefinidamente ¿Qué hay detrás del padecimiento?
- 102 El juego del miedo y la esperanza: el por qué de las resistencias
- 
- 105 VUELTA A LA PÁGINA
- 107 Un intento desesperado

- 117 Un ajedrecista hablando sobre un guitarrista
- 119 ¿Volver a la cima?
- 123 La última y nos vamos: Hay vida después de la guitarra
- 
- 127 CASOS DE DISTONÍA: DIFERENTES HISTORIAS, DIFERENTES INTERPRETACIONES Y DIFERENTES MOMENTOS: CONTINUANDO CON LA AUTO-ETNOGRAFÍA DESDE OTROS ACTORES
- 131 Testimonial de José Miguel Suárez
- 143 Charlando con Juan Carlos Laguna
- 156 Charlando con Mario García Hurtado
- 169 Charlando con Juan Carlos Aguilar
- 
- 179 LA PERSPECTIVA MÉDICA
- 182 Entrevista a Jaume Rosset I Llobet
- 189 Entrevista a Sandra Romo
- 205 Entrevista Doctora Blanca Eugenia Cervantes Ortega
- 226 A manera de conclusión
- 230 Bibliografía



**CAPÍTULO I**  
**EL ORIGEN**



## **El origen: cronología y algunos capítulos significativos en el estudio propio de la música y de mi práctica profesional**

### **Etapa estudiantil**

*Porque no engraso los ejes me llaman abandonao,  
porque no engraso los ejes me llaman abandonao,  
si a mi me gusta que suenen pa que los quiero engrasar....  
(ATAHUALPA YUPANQUI)*

Ciudad de México, 1975-1984, así sonaba mi infancia plétórica de guitarra y de música de todo tipo, especialmente clásica, era la banda sonora de mi vida que sonaba sin interrupción desde que Dios amanecía hasta que Dios anochecía, así diría mi abuela.

Rancho Viejo, Estado de México 1985, No sería raro pues que a los nueve años ya se me había hecho tarde para comenzar a tocar la guitarra y así, guitarra al hombro, en funda de tela hecha en casa, me hacía en mi bicicleta para emprender el viaje hacia

mis primeras clases de guitarra con la maestra *Nina* a las faldas del Nevado de Toluca.

La Paz, Baja California 1987, un par de años después estaría ingresando a la Escuela de Música de la Paz, lugar al que nos mudamos siguiendo los pasos de nuestros antepasados oriundos de aquellas paradisíacas tierras. Apenas desembarcamos del *Ferry* nos recuerdo con nuestras maletas que constituían todas nuestras pertenencias familiares y una pequeña guitarra en la cual los tres hermanos apenas acertábamos a dar tres acordes (Mi M, La M y Re M), los únicos que conocíamos, además de una pequeña introducción de la canción *Jinetes en el cielo*.

Recuerdo bien que cuando ingresé a la Escuela de Música, mis padres dijeron que ahora si necesitaría una guitarra de verdad, ya que la pequeña guitarra anterior por sus dimensiones era casi de juguete. Entonces coincidió que un señor originario de Paracho, Michoacán caminaba las calles de La Paz con sus guitarras en la espalda cubiertas de cartón. Y ahí obtuve mi primera “guitarra de verdad”, clara en el centro de la tapa y oscura en sus orillas, con un timbre que a mi me pareció digna de cualquier arcángel guitarrista que se dedicara a sonar su instrumento en la antesala de las puertas del cielo.

Mi primer maestro formal fue mi tío Enrique Moreno Armenta, primo hermano de mi mamá quien coincidentemente fuera maestro de la Escuela de Música, además de profesor de la universidad en el área de filosofía, la música era más bien su pasatiempo favorito, pero aun así era una autoridad en aquella pequeña escuela de música que siendo la más importante del Estado, contaba con un solo profesor profesional de la música, un magnífico pianista brasileño (Iveré Wegner) de educación musical vienesa, que por algún motivo se había extraviado en aquella inhóspita península, a la que sus propios originales solían calificar más bien de isla.



Al muy poco tiempo el tío Enrique dejaría la Escuela de Música y yo pasaría bajo la tutela del maestro René Valdez Geraldo y de la maestra Norma Beatriz Lucero Osuna. Aun guardo con cariño un engargolado de partituras fotocopiadas y dedicadas de manera autógrafa por mis queridos maestros René y Beatriz que me regalaran un día con motivo de mi cumpleaños y con una dedicatoria que decía así:

*¡Con gran afecto Julio César, esperando que este material te sea de utilidad para seguir creciendo en la guitarra!*

Mi padre adoptivo a quien cariñosamente llamamos desde aquellos tiempos Bapu, ya se había convertido desde años atrás en mi padre a secas, porque todo lo que habría hecho un padre con lazo sanguíneo por sus más queridos hijos, lo hizo él por mis hermanos y por mí hasta la fecha. Aunque sí tuve un padre sanguíneo que también nos procuró amor en su momento y con quien tuve oportunidad de reencontrarme ya en mi vida adulta para constatarlo por mí mismo. El caso es que para aquellos años incluso usamos el apellido paterno de nuestro padre adoptivo por lo que revisando documentos de mis primeros estudios en la Escuela de Música de La Paz aparezco como Julio César Calderón Moreno, una primera y afortunada reinención identitaria que nacería con mis primeros estudios formales de música.

Por esos años fueron a dar a aquellas tierras retiradas de Dios, dos maestros guitarristas profesionales, Heriberto Soberanes y Fernando Cruz, el primero invitado por Bapu desde el lugar que ocupaba en aquel entonces como jefe del Departamento de Difusión Cultural de la Universidad Autónoma de Baja California Sur (UABCS) y el segundo como parte de una gira auspiciada por el Instituto Nacional de Bellas Artes (INBA) al que estaba adscrito de manera honorífica nuestra Escuela de Música.

Ambos maestros coincidieron en su diagnóstico, los hermanos Julio y Krishna deberían irse a estudiar guitarra de manera profesional a otra ciudad que les permitiera esa posibilidad. Siendo aún muy jóvenes para emprender esa aventura solos (14 y 12 años respectivamente), la familia abandonó entonces el proyecto sudcaliforniano que hasta entonces había sido inmensamente feliz, para regresar al Distrito Federal (ahora Ciudad de México) de donde somos originarios, para continuar los estudios musicales.

Fue así que en 1990 con tres años de estudios formales en las espaldas, realizados en la Escuela de Música de la Paz, fuimos aceptados para estudiar en el Conservatorio Nacional de Música mi hermano Krishna y yo, en el verano de ese año bajo la tutela de Fernando Cruz, conocido en el mundo guitarrístico como el oso.

Durante cuatro años recorrimos religiosamente con la guitarra a cuestas la ruta de Coyoacán a Polanco que incluía dos transbordos en el metro y un *ruta 100* para llegar al Conservatorio desde nuestro hogar, lo cual representaba para quien no esté familiarizado con las distancias de la Ciudad de México, tres horas diarias de transporte público; esto no era nuevo, antes lo habíamos hecho desde Rancho Viejo a la Estancia con varias rancherías intermedias en bici y de El Centenario a la Paz cuando únicamente existían dos horarios diarios para el autobús que transitaba esa ruta.

Un buen día, nuestro muy querido maestro Fernando, quien solía “darnos aventón” los jueves que nos tocaba clases con él, habló con nuestros padres y les dijo que mi hermano Krishna y yo deberíamos ir a estudiar al extranjero para tener mejores oportunidades de desarrollar nuestro potencial, esto debía de ser con el maestro José Tomás a quien por aquellos tiempos se le conocía como “el mejor maestro del mundo que hacía tocar hasta a las piedras” y con quien ya algunos otros guitarristas mexicanos importantes como Federico Bañuelos, Margarita

Castañón, Marco Anguiano, Jaime Márquez y Ariel Hinojosa habían estudiado.

En el año 1994 con 16 y 18 años respectivamente, mi hermano y yo viajamos a España para buscar estudiar con José Tomás, fuimos aceptados en el Conservatorio Superior de Música de Alicante Oscar Esplá (hoy José Tomás) y recibimos clases de sus asistentes, Fernando Marimón, José Antonio Ballester, Manuel Babiloni y finalmente en el tercer año yo tuve la oportunidad de trabajar con José Tomás para el último año de mi carrera y en lo que sería el último año de su carrera como docente.

Para hacer esto posible mis padres decidieron hacer un sacrificio, hipotecaron la casa familiar misma que se terminó perdiendo embargada por el banco. El costo fue alto, pero la recompensa también lo fue, logramos terminar nuestra carrera como guitarristas en España y en mi caso pude trabajar con uno de los guitarristas históricos del siglo XX, quien a su vez fuera uno de los discípulos más importantes del legendario Andrés Segovia.

## **La etapa profesional**

Una vez culminada esa etapa estudiantil en 1997 regresé a México y un año más tarde comencé a dar clases en la Universidad de Ciencias y Artes de Chiapas (UNICACH) cuando contaba con 22 años; ese sería el comienzo de una larga etapa de docencia con la guitarra que comenzó en 1998 y que continuó hasta el día de hoy por 25 años. Sin duda fue el descubrimiento y la entrega a una vocación como maestro heredada por ambas vías familiares.

En el ínter entre mis dos etapas de la UNICACH, en el año 2001 tuve la oportunidad de ir a Viena a estudiar con Álvaro Pierri un posgrado en guitarra. Este guitarrista había sido ya

desde antes de conocerlo personalmente, la influencia musical más importante en mi vida y haber podido trabajar con él fue el privilegio más grande que jamás tuve como guitarrista, no solo por su trayectoria como uno de los guitarristas más reconocidos mundialmente, sino por su calidad humana y su genio artístico. Para lograr este cometido me fue necesario abandonar toda seguridad económica y tocar todos los días en la calle para costear mis estudios a veces a catorce grados bajo cero y con la solidaridad de la que en aquel entonces fuera mi esposa, quien cantó codo a codo conmigo cada uno de esos días, incluso el día en que recibimos a nuestra primera hija Paloma.

El nacimiento de Paloma en 2002, significó un vuelco del destino que me implicó abandonar la idea de buscar una carrera artística en Europa en pos de regresar a mi país para poderle dar mejores condiciones de vida y una estabilidad económica y familiar que me hubiera sido imposible en aquel momento en Europa, esto se concretó así en 2003. Así pensé en esa circunstancia y aunque el futuro traería otras cosas distintas tanto para Paloma como para mi, lo cierto es que estoy convencido de que fue la decisión adecuada y estoy cierto también de que Paloma, la mayor de mis tres hijos, es una de las bendiciones más grandes que he recibido; curiosamente ahora ella es la que continuó con la guitarra y es una joven muy talentosa que busca abrirse camino en la música. Mi segunda hija, Damara, también escogió la música y decidió hacerse cantante, como su mamá curiosamente, sin duda, de ella heredó ese gran talento aunque por el momento no esté muy dispuesta a aceptarlo así.

En algún momento de desencuentro con quien fuera director de la Escuela de Música de la UNICACH decidí renunciar y ello me dejó momentáneamente sin trabajo para poder aportar el sustento a mi familia, con Damara casi recién nacida; recordé entonces, que mi hermano había estado antes en Zacatecas para ofrecer un par de conciertos y me dijo, que tenían una escuela de música de muy buen nivel y además era una ciudad hermosa.

Entonces le marqué por teléfono a Daniel Escoto, amigo mío, que había sido director de la Escuela de Música de Zacatecas y le pregunté si de casualidad no necesitaban un maestro de guitarra en la escuela en la que él trabajaba y me dijo que justamente al día siguiente tendrían un examen de oposición abierto para una plaza de guitarra, que si estaba interesado me esperaban mañana para el examen. Tomé el primer autobús que salió de Tuxtla Gutiérrez rumbo a ciudad de México y al día siguiente estaba arribando a Zacatecas. Tuve la suerte de recibir una oferta de trabajo en la Escuela de Música de la Universidad Autónoma de Zacatecas ese mismo día.

Regresé a Chiapas por mi familia y a la siguiente semana ya nos encontrábamos instalados en Zacatecas, esto en agosto de 2004; recuerdo que cuando vi la ciudad por primera vez me dije para mi interior, ojalá tuviera la oportunidad de quedarme a vivir aquí y así fue desde hace veinte años a la fecha.

### **Momento de la lesión**

En el periodo comprendido entre 2005 y 2007, mi matrimonio experimentó una ruptura, eran años en los que daba clases ocho horas al día y tocaba la guitarra otras tantas. Sucedió que mientras preparaba de manera simultánea tres concursos internacionales, un concierto con orquesta en donde interpretaría Aranjuez, y un concierto de música de cámara en donde interpretaría el quinteto de Castelnuovo Tedesco, al tiempo que procesaba una separación de pareja especialmente dolorosa para mi y una separación de mis hijas, mi cerebro dijo ¡basta!

Un buen día ya en 2007, mis dedos no respondían a mis órdenes, ese día tenía que tocar el Concierto de Aranjuez con la Filarmónica de Zacatecas; me recuerdo intentando cambiar

digitaciones en el camerino del teatro; ese día las cosas no salieron como yo esperaba en el escenario y aún no sabía por qué. A la siguiente semana participé en un concurso internacional en la ciudad de Saltillo y el desastre fue aun mayor; era oficial, algo le pasaba a mis dedos, parecía que tenían voluntad propia.

Es curioso como suceden las cosas, ahora narrándolo en retrospectiva pareciera muy obvio el exceso al que sometí en aquel momento a mi cuerpo y a mi mente, pero estando ahí en tiempo real, sueles pensar que esas cosas son normales y difícilmente te paras para hacer un alto en el camino y reflexionar sobre el rumbo de tu vida. Nos sorprendería percatarnos de cuán común es este tipo de escenarios en los músicos profesionales y cuando tengo oportunidad de platicar con mis alumnos de la materia de educación somática para músicos sobre este episodio, puedo percatarme de la extrañeza que causan en varios de ellos mis palabras.

En esta parte quisiera detenerme un momento a repasar algunos de los elementos importantes para tratar de hacer una lectura crítica, es por ello, que presenté los antecedentes de mi historia con la guitarra, justo para poder llegar a este momento en que estuvieran por lo menos de manera muy general puntualizados algunos elementos clave en esta breve cronología.

Me gustaría ahora hablar de las improntas, las improntas familiares, las improntas profesionales y las improntas sociales. Empecemos por la definición del término impronta; según la RAE:

## *impronta*

Del it. *impronta*, der. de *improntare* «estampar».

1. f. Reproducción de imágenes en hueco o de relieve, en cualquier materia blanda o dúctil, como papel humedecido, cera, lacre, escayola, etc.
2. f. Marca o huella que, en el orden moral, deja una cosa en otra.
3. f. Biol. Proceso de aprendizaje que tiene lugar en los animales jóvenes durante un corto período de receptividad, del que resulta una forma estereotipada de reacción frente a un modelo, que puede ser otro ser vivo o un juguete mecánico.

Si atendemos su etimología del italiano que pudiera tener su sinónimo en español en la palabra *estampar*, entonces podemos ir entendiendo la *impronta* como algo que queda estampado; a su vez, la primera definición presentada en esta cita de la Real Academia Española hace justamente alusión a esta característica de cómo la materia sólida puede dejar una huella en la materia blanda, precisamente por su ductibilidad. Si trasladamos esto a la mente ya atendemos justamente a la segunda definición presentada en la cita anterior, es esta acepción la que desde la psiquiatría se conoce como *impronta* o de manera más extendida como *imprinting* retomando la terminología anglosajona. Aquí el presupuesto es que ciertas personas que son especialmente significativas en nuestro desarrollo mental y emocional tienden a dejar una huella a través de la influencia que tienen sobre nosotros y esta huella suele insertarse en el terreno de lo inconsciente, o por lo menos de lo preconscious, por ello se habla también del término *subliminal imprinting*.

En la psiquis del individuo se residúan como sedimentos mnémicos particulados impresiones de desafectos y transgresiones socio-psicosexuales originadas en sus relaciones en el entorno o dentro del propio hogar, que no llegan a difuminarse en el inconsciente, sino que como simples fracciones subliminales se nuclearizan en el preconsciente para posteriormente en la cotidianidad, devenir en conductas tormentosas o desadaptadas, que demedran la salud mental. Lo residuado en la mente es como un destello en la impronta subliminal, presentificado negativamente como “sombrija” que genera pesadillas, angustias, ansiedades y conversiones; o como “Ángel” en su dimensión positiva, constituida por los recuerdos saludables, igualmente subliminados (Doumet Vera, 2008, p. 154).

Esta influencia se extiende no solo a personas, sino también a contextos socio-culturales y marcadamente dentro de estos, a contextos profesionales con imaginarios muy arraigados.

La impronta también se ha estudiado desde la etología, que es la ciencia que estudia el comportamiento animal y es este elemento de carácter biológico a la que hace alusión la tercera definición presentada en la cita de la RAE. Este tipo de estudios hacen alusión al comportamiento de algunos animales como los patos por ejemplo, que al nacer siguen al primer animal que ven, que normalmente es la madre y de esa fuente aprenden toda una serie de comportamientos por una conducta mnémica o de imitación (Carranza, Álvarez & Bernstein, 1994). Está claro pues, que tanto si entendemos al ser humano como un producto cultural, como si lo entendemos como un producto de su biología, desde ambas perspectivas la impronta es algo que está presente, tanto en nuestro comportamiento, como en nuestras construcciones identitarias. A esto habría que añadir lo que nos dice Edgar Morin sobre nuestra naturaleza como seres humanos:



*El ser humano es un ser plenamente biológico y plenamente cultural  
que lleva en sí esta unidualidad originaria  
(Morin, 1999, p. 25).*

La impronta familiar en mi caso con la guitarra pudiera interpretarse como la necesidad de corresponder al apoyo y a los grandes sacrificios que en su momento hizo mi familia para que yo pudiera tener la formación musical que tuve; es una impronta porque se trata de hechos reales de los cuales soy plenamente consciente y que motivan mi agradecimiento pleno hacia ellos. Sin embargo, las lealtades que ello condiciona son mucho menos visibles a simple vista y uno sin darse cuenta termina actuando esa voluntad de los padres que quedó estampada en uno desde la infancia, ahí hay una huella indeleble y una memoria que opera para hacernos tomar decisiones en nuestra vida adulta, deshacer esa madeja es infinitamente más complejo.

La impronta profesional no es menos fuerte que la familiar, en este caso había que corresponder a las expectativas que sobre mi persona existían por parte de profesores y compañeros colegas. Si desde los once años eres señalado como alguien que destaca por sus cualidades con la guitarra, eso va necesariamente anclando tu autoestima en la posibilidad de esa realización, esto se refuerza con el paso de los años en donde la retroalimentación que recibes siempre es en el mismo sentido. Aquí cabría la reflexión acerca de la sobrestimación del talento; quiero decir con ello, la gran importancia que generalmente le damos al talento en el medio artístico y es que es verdad, el talento nos maravilla en cualquier ámbito y en el contexto musical es cierto que es una condición que será necesaria para alcanzar los más altos niveles de expresividad técnica y artística; sin embargo, no es una condición estrictamente necesaria para hacer música de la manera más seria, comprometida y profesional. De hecho, en los veinticinco años que tengo de experiencia docente han pasado por mis manos alumnos de grandísimo talento que no

necesariamente se han convertido a la postre en músicos profesionales y viceversa, alumnos no tan talentosos que han llegado mucho más lejos con la música.

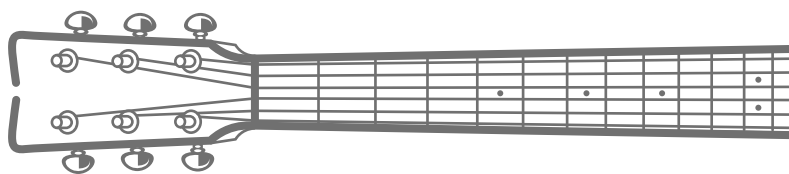
Pero en realidad el talento solo es importante en la medida que entendemos la música como un elemento de competencia, si ello nos permite estar un escalón más arriba de otros, el talento no solo cobra sentido, sino que se convierte sin que apenas lo notemos en el motor de nuestras motivaciones egocéntricas. ¿Por qué no nos salta esto? Porque en realidad el sistema lo permite, lo condiciona, lo alienta y lo premia. Por qué habría de molestarnos algo que los demás festejan, esa es la retroalimentación que recibimos de nuestro entorno profesional y es una impronta que está tatuada en nuestra piel.

En un contexto más amplio, lo social también cobra su importancia, aquí está el papel que logras desempeñar como miembro de la sociedad a través de tu profesión; qué estatus económico te permite tu profesión, qué nivel de aceptación y reconocimiento. La sociedad tiene sus propios valores y nosotros como músicos no podemos abstraernos a ello. Es verdad que en nuestro país nuestra profesión no es socialmente demasiado reconocida, una vez más, en mis años de experiencia como profesor la tónica dominante es la de los padres que les cuesta aceptar el que sus hijos escojan la música como profesión, porque tienen serias preocupaciones sobre sus posibilidades ante el futuro, frente a otras profesiones mucho más consolidadas.

Ahora bien, existe un resquicio para el reconocimiento social de un músico, pero ello depende del escalón que ese músico alcance, si llega a ser un músico muy reconocido y con una retribución económica alta, este individuo puede ser aceptado como un miembro no necesariamente productivo, ni necesario, pero valorado en algún sentido como un ornamento social. Una vez más, eso depende de un altísimo nivel de competencia al interior de la profesión.

Por lo expuesto anteriormente sobre mis antecedentes en el estudio de la música, es fácil deducir que en mi caso había cierto nivel de esperanza depositada en mi persona en relación con la guitarra, habiendo comenzado a tocar la guitarra a los nueve años, habiendo demostrado aptitudes sobresalientes, habiendo tenido oportunidad de formarme en instituciones tan importantes y con maestros tan reconocidos y habiendo tenido siempre el apoyo decidido de mi familia para lograr estos objetivos, era claro que las expectativas eran muy altas. En mi caso puedo decir que las improntas familiares se han visto medianamente cumplidas y definitivamente opacadas por los tres escalones superiores que ha alcanzado mi hermano menor dentro de la música. Las improntas profesionales no se cumplieron en la medida de las proyecciones y más bien, se frustraron a raíz de la distonía; las improntas sociales por su parte, me han favorecido al haber logrado una buena colocación dentro del sistema.

Lo más curioso es que estas improntas son algo que nosotros adoptamos, en realidad a las personas que pensamos que nos las imponen, no les importa, no son conscientes de ellas, somos nosotros los que las actuamos y en última instancia los que las sufrimos ¡Cuántos años nos lleva comprender esto!



**CAPÍTULO II**  
**LA REACCIÓN**



## La reacción

*Cuando buscaba tratamiento, tampoco era el menor de sus problemas el hecho de que no le creyeran, pues sus síntomas sólo aparecían cuando tocaba el piano, y pocos médicos tenían un piano en su consulta.*

*Oliver Sacks (sobre Fleisher).*

### Búsqueda del diagnóstico

Fue entre 2007 y 2008 cuando recién se manifestó el trastorno del movimiento me costó trabajo entender qué estaba pasando, solo podía observar que había movimientos involuntarios que entorpecían la mecánica general de la mano izquierda, pero nunca había oído hablar de algo parecido, ahora ya es bastante conocido el trastorno y sus síntomas, pero hace diecisiete años no era común. Al principio pensé que se trataba de un tema de descanso, así que decidí dejar de tocar un par de semanas, sin embargo, cuando retomé la guitarra los síntomas aun estaban ahí, e incluso eran más notorios, en ese momento comencé a preocuparme y me vi en la necesidad de buscar una opinión médica que me explicara lo que estaba pasando.

Acudí entonces con un médico general para que me hiciera una valoración y después de ésta me dijo que mi mano estaba

perfecta, que no tenía ninguna afección de tipo muscular, ni inflamación tendinosa ni nada parecido. Después de ello acudí con un fisioterapeuta, con un traumatólogo, con un médico alternativo cubano, con un chamán al que fui a buscar a cuatro horas de carretera y todos coincidían en que no veían ningún problema en mi mano. La mayoría de ellos apostaba por un problema psicológico, especialmente cuando yo les manifestaba que la mano solo hacía movimientos extraños al momento de tocar la guitarra, por lo demás, su funcionamiento era perfectamente normal. Los remedios sugeridos fueron desde la ingesta de complejo B, hasta prender velas y hacer oraciones.

¿Cómo era posible que la mano sólo hiciera movimientos extraños cuando tocaba la guitarra? Incluso solía llevarme mi instrumento para demostrarles a los doctores de lo que estaba hablando, lo cierto es que ninguno de ellos estaba familiarizado con la mecánica de la interpretación musical y la verdad no alcanzaban a apreciar mayormente el trastorno del movimiento. El tema psicológico no era ajeno para mí en ese momento de mi vida, de hecho en ese tiempo yo asistía a terapia que habría empezado como terapia de pareja y posteriormente habría continuado como terapia individual para superar el proceso de separación. Fue así que efectivamente yo mismo empecé a dudar de mi cordura.

Por aquella época la crisis general que asolaba mi vida empezó a tener repercusiones en mi salud física, así que de manera casi paralela comencé a batallar con el ácido úrico y con la gota; recuerdo que mi primer ataque de gota que fue bastante intenso se dio justamente después de un concurso que hice en España y de la grabación de un demo que hice en Suiza, todo ello además en el contexto de una visita a mi hermano y a mis padres que resultó un tanto conflictiva por razones históricas en nuestra relación familiar que estallaron justo en ese momento. Además, coincidió con la titulación de maestría de mi hermano en la que me quedé con las ganas de tocar con él, una obra a la que decidió



invitar a otro guitarrista de última hora; no fue la única ocasión en la que rechazó alguna propuesta para integrar un dúo, o para hacer algún otro proyecto en común, pero creo que ese fue un momento difícil y delicado para ambos y para nuestra relación; un mes después, de vuelta a México se manifestó el trastorno del movimiento.

Todavía después de los primeros meses de esta afección hice una gira a Cuba y grabé un disco en Xalapa, Veracruz, ambas cosas con el Ensamble Kánari de la Universidad Autónoma de Zacatecas. Ahí me di cuenta de que podía tocar a pesar de la incomodidad de la distonía y no quise dejar pasar los compromisos y oportunidades que se me presentaban.

Sucedió que después de un año de buscar un diagnóstico adecuado para la afección de mi mano, acudí al ISSSTE para una cita de control de la gota y caí con una neuróloga; ahí de manera más bien casual, terminamos hablando de la afección de mi mano y ella me pidió que le siguiera yo describiendo mi padecimiento, así lo hice un tanto extrañado ya que ese no era el motivo de mi consulta y finalmente ella aseveró que lo que yo tenía se llamaba distonía focal del músico.

### **El camino hacia la rehabilitación**

**2008** Una vez que tuve el diagnóstico supe que tendría que hacer todo aquello que estuviera en mi mano para poder volver a tocar la guitarra como antes, sabía que hasta ese momento de mi vida todas mis decisiones habían girado en torno a la guitarra y todos mis esfuerzos habían ido encaminados a tener una carrera como concertista, así que ahora que por fin tenía un diagnóstico de mi padecimiento estaría dispuesto a sacrificar lo que fuera necesario para restablecerme.

Investigué sobre la distonía focal del músico y me di cuenta de que se trataba de una enfermedad poco conocida y aún poco estudiada incluso por la comunidad médica; di en estas indagatorias con el dato de una clínica de rehabilitación en una provincia de Barcelona, en España, vi que también había otros dos centros que atendían este tipo de casos, uno en París y otro en Alemania; ninguno en mi país, entonces supe que tendría que ir a Europa a buscar la solución.

Yo trabajaba en la Universidad Autónoma de Zacatecas desde hacía cuatro años, trabajaba tiempo completo, pero aún no tenía una base con definitividad ni derechos que me permitieran pedir un permiso largo para ir a realizar la rehabilitación. Pensé entonces que la única solución sería renunciar a mi puesto de trabajo para ir buscar la solución a mi problema médico. No lo dudé, así tendría que ser y yo estaba dispuesto a renunciar, sabía que una vez curado tendría opción de encontrar trabajo nuevamente, pero así lesionado no podría continuar mi carrera como concertista ni como docente.

Platiqué de ello con mi familia y mi hermano me ofreció apoyarme económicamente para que yo pudiera viajar a Europa a rehabilitarme, él vivía y trabajaba en Suiza desde años atrás y generosamente hizo ese ofrecimiento, mismo que yo acepté agradecido. Recuerdo que aunado al ofrecimiento hubo alguna preocupación de que yo pudiera arreglar la situación de la custodia de mis hijas que le preocupaba a mi familia especialmente.

Mi intención en aquel momento era estudiar una maestría en la Universidad de Basilea buscando la posibilidad de trabajar con Pablo Márquez o con Stephan Schmidt, es decir, seguir formándome en el área de la interpretación musical y de la guitarra, con cualquiera de estos dos grandes maestros. La recomendación de mi hermano en ese momento fue que no sería conveniente que yo intentara acceder a ese tipo de estudios en la circunstancia en la que me encontraba, es decir, que no estaba en plena forma

debido a mi condición distónica y que en su lugar yo debiera optar por un programa de estudios de tipo teórico mientras trabajaba de manera simultánea en mi rehabilitación, por ello me sugirió ir a España en donde no tendría problemas con el idioma para emprender un proyecto de esa naturaleza.

Una coyuntura de tipo político se alineó para que yo pudiera mantener una relación laboral con la universidad. Yo expresé a mis compañeros de la academia de guitarra mi intención de renunciar para irme a rehabilitar y nuevamente Daniel Escoto que antes me había invitado a trabajar en la universidad, me sugirió que habláramos con el candidato a rector Javier Domínguez para plantearle la situación. Así lo hizo él mismo en una visita del candidato a nuestra escuela y a partir de ahí, se abrió la posibilidad de que la universidad me becara para ir a estudiar un posgrado. El objetivo era un plan de desarrollo de nuestra academia de guitarra a mediano plazo, que contemplaba la posibilidad de que sus diferentes integrantes pudiéramos irnos formando en el posgrado, así que en ese verano recibí una descarga para estudiar una maestría-doctorado en la Universidad Politécnica de Valencia, en España.

Recuerdo también de manera especial la carta de recomendación en términos muy elogiosos hacia mi persona que para ser aceptado en este programa emitió en mi favor otro compañero de la academia de guitarra que en ese momento era director de la Escuela de Música, me refiero a mi amigo Fabián Hernández, quien falleciera años después.

El plan se concretó pues con la idea de que yo estaría estudiando la maestría y el doctorado en música en Valencia con una orientación teórica, mediante una descarga laboral de cuatro años y de manera simultánea estaría llevando el tratamiento de rehabilitación en el Instituto de Fisiología y Medicina del Arte (INSTITUTART) de Terrassa en Barcelona.

## El Instituto de Fisiología y Medicina del Arte de Terrassa – confirmación del diagnóstico

2008-2009 Tardé un poco en terminar de instalarme en mi nueva vida como estudiante y en estabilizar mi economía, pero finalmente un par de meses después de mi llegada a España, tuve oportunidad de contactar con el Dr. Jaume Rosset I Llobet, director del Instituto de Fisiología y Medicina del Arte de Terrassa; le expliqué mi caso y acordamos una cita en su centro, antes debía hacerme un estudio de electromiografía que serviría para descartar algunas otras posibles causas de mi sintomatología. Una vez realizados esos estudios me dirigí a Barcelona en donde Joan y Xenia, queridos amigos guitarristas de juventud nos abrieron las puertas de su casa a Yolanda mi novia y a mi, el objetivo sería asistir a la primera sesión para realizar las observaciones necesarias y confirmar el diagnóstico, esta sesión tuvo lugar el día 19 de diciembre de 2008.

Dicha confirmación una vez revisados los estudios solicitados y habiendo observado la mecánica del trabajo de mi mano con el instrumento, se dio de manera clínica como era el procedimiento habitual. Efectivamente, ya diagnosticado por un especialista en medicina del arte, mi padecimiento era distonía focal.

Se acordaron entonces una serie de sesiones de dos semanas intensivas en las que se realizó una observación diaria y minuciosa por parte del personal del INSTITUTART, la fisióloga Silvia Fábregas me dio seguimiento personalizado durante esos días, por su parte el Dr. Jaume Rosset me explicó el diagnóstico, sus posibles causas, las expectativas de rehabilitación que en mi caso eran buenas, etc. Recuerdo que me sorprendió mucho el contraste de la atención médica tan especializada y tan conocedora del medio artístico y específicamente musical, en comparación con la atención que yo había recibido antes en mi

país. En este caso ellos fueron los que me pidieron que llevara mi instrumento desde la primera sesión, había en la clínica diferentes salas que rebosaban de instrumentos musicales de diferente índole, así como imágenes que hacían alusión a la práctica instrumental y la rehabilitación de ese tipo de pacientes.

En las observaciones que ellos hacían de mi práctica solían video grabarme todos los días, hacer anotaciones, solicitarme que realizara diversos movimientos con la guitarra; estaban familiarizados con los niveles de dificultad de una interpretación musical, en fin, conocían muy bien mi problemática y el entorno profesional en el que me desenvolvía como músico, definitivamente estaba en las manos correctas.

Escribí un correo electrónico al Dr. Jaume Rosset el día 03 de enero de 2009, en el cual le explicaba que tendría oportunidad de comenzar el tratamiento a partir de mediados de febrero que es cuando tendría el dinero para ello, mismo que habría de salir de una beca que estaba por recibir; también le solicité en aquel correo la posibilidad de que él me pudiera extender una carta para el Ministerio de Asuntos Exteriores de España, para poder tramitar mi visa por razones humanitarias.

Tendré que decir en honor a la verdad que el Dr. Jaume siempre me contestó con la mayor de las amabilidades y disposición para apoyarme en los trámites que yo le solicité, así que agendamos nuestra próxima cita para una serie de sesiones intensivas que tuvieron lugar del 23 de febrero al 06 de marzo de 2009 y ahí comenzó propiamente mi primer tratamiento.

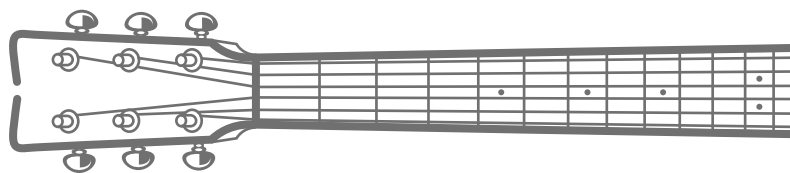
## **El Dr. Jaume Rosset Llobet-Sensory Motor Retuning (SMR)**

2009 Así se llamaba el sistema que utilizaba el Dr. Jaume para atender los casos de distonía; este consistía en la premisa de que uno de los dedos era el distónico y que las alteraciones del movimiento en el resto de los dedos se debían a movimientos compensatorios. Entonces, una vez identificado el dedo distónico (que en mi caso fue el dedo anular de la mano izquierda), se procedía a fabricar una férula a la medida y se inmovilizaban todos los dedos excepto el distónico que se iba combinando en su interacción con cada uno de los otros dedos de manera separada. Para ello, se diseñaba una rutina de trabajo con diferentes combinaciones de ejercicios encaminados a realizar mediante un sistema de randomización una reeducación del movimiento que iría construyendo una nueva red de sinapsis neurológicas para lograr dicha reeducación mediante la repetición y la administración adecuada de esa repetición.

Cada una de las combinaciones se video grababa todos los días, se observaban cuáles eran las que presentaban mayor grado de dificultad en su ejecución y cómo era el progreso de un día para otro. En función de esto se iba administrando el tiempo dedicado a las diferentes combinaciones. Se observaba meticulosamente la calidad del movimiento y se pedía una amplitud de éste muy por encima de la que estábamos acostumbrados en nuestra práctica instrumental ordinaria. El diseño de las rutinas era completamente personalizado y vigilado celosamente por el propio Dr. Jaume, además todo ello se complementaba con ejercicios de flexibilización, estiramiento y tonificación desarrollados especialmente para instrumentistas por ellos mismos (Fábregas & Rosset, 2005).

El *sensory motor retuning* era un sistema desarrollado de manera pionera por el Dr. Jaume, en colaboración con otros científicos de la Universidad de Zúrich, como el Dr. Víctor Candia, quienes hacían investigación de manera conjunta y la publicaban en revistas especializadas de neurología. Gran parte de ese cuerpo de investigación que han hecho estos especialistas se puede consultar de manera libre en la propia página del INSTITUTART que da acceso a las publicaciones científicas y de divulgación de manera amplia y generosa ([institutart.com](http://institutart.com)).

Lo que escuetamente puedo mencionar es que se trata de un sistema de re-tonificación muscular, orientado a la reeducación del movimiento, partiendo de la base de que en la aparición de la distonía se observa una modificación a nivel cortical en el cerebro que provoca el trastorno del movimiento, es decir, el cerebro ya no es capaz de mandar la orden correcta a los dedos de manera eficiente. La verdad es que tener acceso a esta información para mi representó un gran alivio, atrás quedaron las especulaciones sobre mi cordura.





**CAPÍTULO III**  
**LA RESISTENCIA**



## La resistencia

*Nuestros músicos son generalmente unilaterales. Pulen sólo una faceta de su talento, abandonándose a un dulce far niente, que corriendo el tiempo, los imposibilita para mejorar su situación intelectual. Están condenados a morir tocando con más o menos destreza un instrumento.*

*Manuel M. Ponce*

### El concurso de Almería

2009 De manera paralela a mi proceso de rehabilitación comencé la preparación para un concurso de guitarra, nada menos que el concurso internacional Julián Arcas, en la ciudad de Almería. Hablé sobre ello con el Dr. Jaume y con la fisióloga Silvia Fábregas; ellos me comentaron que lo idóneo en un proceso de recuperación era dejar de lado los compromisos profesionales, sobre todo aquellos que implicaran un alto grado de exigencia y un nivel de estrés psicológico. Aún no estoy seguro de cuales fueron los argumentos que esgrimí con ellos y para conmigo mismo para adoptar el compromiso del concurso; dicen que el ego tiene estrategias muy hábiles para justificarse y en mi caso soy consciente de que mi ego tiene un abogado defensor digno de trabajar en el mejor bufete.

Recuerdo vagamente que yo pensaba que tenía que aprovechar la oportunidad de estar en España para hacer algunos concursos que en otras ocasiones me habían representado una gran inversión económica para trasladarme y ahora los tenía ahí cercanos. Recuerdo que el premio era muy alto económicamente y pensaba que si ganaba tendría la oportunidad de resolver mi situación y terminar mi tratamiento con más tranquilidad, recuerdo que me decía que ya un par de ediciones antes había participado en ese concurso y había llegado a la semifinal entre los primeros seis, compitiendo con gente como Rafael Aguirre, Lukasz Kuropaczewsky y Goran Krivokapic quienes fueron los ganadores ese año y que otros amigos míos como Pablo Garibay ya lo habían ganado recientemente. Recuerdo que pensaba que la preparación y la participación en ese concurso representaría un empujón anímico que me ayudaría a completar mi rehabilitación. Recuerdo que en aquel año pidieron como obra obligada para la final el Concierto del Sur que yo tocaba desde hace algunos años y que tenía en dedos. Mi hermano y mi familia en general no estuvieron de acuerdo con esa decisión, recuerdo que yo pensaba que podría demostrarles que se equivocaban al no confiar en mis posibilidades.

Los siguientes cuatro meses, simultáneo a mi proceso con el máster en donde trabajaba con mi tesis, y a mi proceso de rehabilitación al cual le dedicaba algún tiempo diario, estuve estudiando ocho horas diarias para la preparación del concurso con tal pasión entrega y esperanza, que efectivamente llegué al nivel más alto que en ningún otro momento de mi carrera con la guitarra; me sentía con una posibilidad muy real de ganar el concurso. Un vecino mío que vivía en el piso del lado un buen día salió a su balcón desesperado y a voces invocó: “el de la guitarra, que salga” cuando así lo hice me dijo: “tío no soporto más, mira que a mi me gusta la guitarra pero es que lo tuyo es muy fuerte todo el día tocando”.

La distonía no me permitía tocar los pasajes difíciles con todos los dedos, entonces yo desarrollé una manera de tocar que me permitía hacer esos pasajes con dos dedos en lugar de cuatro, los otros dos se escondían detrás del mástil. Con suficientes horas de repetición logré dominar esos movimientos con altísima velocidad y precisión. Recuerdo que en alguna ocasión Silvia Fábregas me dijo que la superación de la distonía consistiría en volver a tocar la guitarra con la espontaneidad de quien regresa un saludo, sin que el movimiento fuera producto de pensarlo para ejecutarlo correctamente. En aquel momento todo lo que yo podía hacer con la guitarra distaba mucho de ser producto de la espontaneidad, era más bien producto de un sobre-entrenamiento en donde hasta la más mínima digitación estaba pensada meticulosamente y trabajada en cámara lenta para instaurarla después de más de 10,000 repeticiones por pasaje, ello en contraposición con algunos autores que señalan la futilidad de esta actitud (Azagra, 2006; Jorgensen, H., & Lehmann, A. C., 1997).

El Colibrí, el Preludio 2 de Villa-Lobos, Invocación y Danza, la Sonata de Brouwer y el Concierto del Sur, todo estaba a punto para el concurso. La mamá de mi novia nos patrocinó a ella y a mí, el boleto de autobús para llegar a Almería, la gloria nos esperaba.

Leo Brouwer se encontraba sentado presidiendo el jurado del concurso, cuando llegó mi turno de participación llegué y me senté con la misma prestancia que lo había hecho dos años antes, comencé a tocar El Colibrí de Sagreras, en ese momento mis dedos se hicieron nudo, no era capaz de controlar mis movimientos, los dedos se contraían unos y se estiraban otros, los fallos se acumulaban a lo largo de mi interpretación; logré terminar todas las obras que estaban programadas para esa fase, yo sabía que estaba eliminado antes de salir de esa sala. En el pasillo del teatro me topé con Brouwer quien se dirigía a prisa para reanudar el concurso después de una breve pausa, me alcanzó a decir que quería comentarme algo, que lo buscara después, me

miraba con un gesto como si me comprendiera, él pasó por una lesión que lo alejó de la guitarra como intérprete, sospecho que incluso pudo haber sido distonía, aunque en aquel entonces faltaban un par de décadas para que se identificara ese trastorno.

Yo no estaba para escuchar opiniones de nadie, estaba simplemente devastado como nunca antes, de verdad no era la primera vez que no me iba bien en un concurso, pero esa vez fue diferente, algo se desgarró en mi interior, el miedo de esa caída era del mismo tamaño que había sido mi esperanza. Una vez más me topaba con pared cuando había forzado la máquina hasta sus últimas consecuencias. Un gran amigo, Juan Carlos Aguilar, con quien coincidimos en ese concurso, me ayudó a recoger mis pedazos aquella noche triste en el que yo lucí más patético que nunca; recuerdo que me dijo que los concursos eran un ejercicio ridículo, en el que había quienes estaban destinados a ser herederos de una dinastía de intérpretes reconocidos y otros que no lo estábamos y que la diferencia entre los que ganaban y los que no lo hacían, eran apenas unos cuantos puntos de metrónomo entre unos y otros. Yo por mi cuenta, en mi interior, me resistía a pensar que yo no estuviera entre los primeros. Ese año el concurso lo ganó otro querido amigo, Alejandro Córdova, con el que habíamos empatado unos años antes en segundo lugar en otro concurso.

Después del concurso tuve un verano muy intenso, estuve encerrado a piedra y lodo terminando mi tesis del máster, mismo que defendí en septiembre de ese mismo año, también ese mismo verano me casé con mi novia Yolanda, quien ha sido mi compañera de vida hasta la fecha, por más de quince años, y para quien apenas había tenido tiempo en los meses anteriores; ella me ha acompañado en las duras y en las maduras todos estos años y conoce bien mis batallas internas.

En alguna ocasión mientras preparaba el concurso tuvimos una discusión porque ella me señalaba que yo estaba dedicando

mucho más tiempo a dicho evento que a mi propia rehabilitación, yo me defendí y le pedí que no se metiera en mis cosas, que yo sabía como llevarlas; mientras tanto yo combatía la distonía durante una hora al día y la alimentaba durante ocho; mi maestro suele utilizar una analogía para ello, es como cavar un hoyo con una cuchara durante una hora y echar tierra con una retroexcavadora el resto del día sobre ese mismo hoyo.

### **Regreso a México y abandono del tratamiento**

El plan original era permanecer en España hasta concluir el doctorado y aprovechar los cuatro años de descarga laboral que me había otorgado mi universidad, habría tiempo suficiente para llevar el tratamiento en Terrassa y regresar a México con grado académico y con rehabilitación completados; sin embargo, dicen que si quieres que Dios se ría de ti, le cuentes tus planes. El destino dio un vuelco inesperado, a un par de meses de la boda, la mamá de mi esposa cayó enferma en cama por un cáncer que parecía superado y que lamentablemente hizo metástasis en el cerebro; mi esposa tenía 23 años en ese momento y dos hermanos de 17 y 15 años que estaban al cuidado de su madre hasta entonces. Ella decidió regresar a México a finales de 2009 para apoyar a su familia en ese momento crítico y yo tras ella una semana después.

Los cuidados a Yolanda, la madre de mi esposa, se extendieron por seis meses antes de su triste fallecimiento, los cuidados con mis cuñados se extendieron por algunos años más, hasta que ellos poco a poco tuvieron las herramientas para defenderse en la vida por su propia cuenta. Fueron tiempos difíciles y agradezco a la vida la oportunidad de haber podido ayudar en aquel momento a mi querida esposa y a su familia. La proximidad de la muerte siempre trae consigo valiosas lecciones de vida.

La parte presencial del programa de máster-doctorado había sido concluida satisfactoriamente y ahora la parte correspondiente al segundo grado tenía que ver más con la realización de mi investigación doctoral, eso me permitió seguir con mis estudios desde México y además el hecho de tener yo asignado un director de tesis mexicano, el Dr. Gustavo Delgado Parra, me facilitó aún más dicha circunstancia.

A mi regreso a México pude retomar la posibilidad de ver a mis hijas, a quienes veía en periodos vacacionales, ya que ellas vivían en Chiapas con su madre. En alguna de estas convivencias ellas me externaron su deseo de vivir conmigo, así como algunas situaciones que a mi me parecieron preocupantes de su vida en Chiapas, eran niñas de tan solo seis y ocho años para entonces, pero la decisión fue que vinieran a vivir con nosotros a unos meses de distancia del fallecimiento de mi suegra.

Mi situación económica en ese momento era complicada, la beca que tuve antes en mi periodo de España había concluido, mi sueldo que había mantenido todo este tiempo de mi descarga laboral ascendía a seis mil pesos mensuales que era lo que ganaba en mi categoría como profesor asociado A. A mi regreso a México mi hermano ofreció seguirme apoyando con la cantidad que lo había hecho durante mi estancia en España, sin embargo, agradecí su apoyo pero me pareció correcto asumir mis propios gastos una vez de regreso en mi país.

Ahora tenía otras prioridades que atender en lo económico y el tratamiento de la distonía que pude mantener a distancia durante algún tiempo después de mi llegada a México, se volvió difícil de pagar ganando en pesos e invirtiendo en euros, por lo que después de un tiempo me resultó difícil continuarlo.

A continuación un correo electrónico que le envié a la fisióloga Silvia Fábregas el 11 de noviembre de 2009:



---

---

Estimada Silvia

¿Como está? Le cuento que ya estoy en México desde la semana pasada. He estado realizando el tratamiento todos los días, es lo primero que hago al levantarme, pues después se amontonan los pendientes en el resto del día, pero hasta ahora lo he podido garantizar siempre y me he sentido bien con los ejercicios, la randomización me mantiene entretenido y además he estado trabajando con variaciones rítmicas y aumento gradual de la velocidad, por el contrario cuando toco sin férula he estado tratando de trabajar lento como quedamos la última vez.

Le mando un afectuoso saludo y también al doctor Jaume.

Julio.

---

---

En total el lapso que duró la primera fase de mi tratamiento de distonía en el INSTITUTART fue casi de dos años, desde la primera consulta el 19 de diciembre de 2008, hasta la última el 01 de octubre de 2010.

**2012** El 02 de junio de 2012 contacté nuevamente con el Dr. Jaume para retomar el tratamiento, en este correo le comentaba al doctor Jaume que me disculpara por haber suspendido el tratamiento, pero que había estado muy absorbido con la escritura de mi tesis de doctorado, le decía que ya por fin la había culminado e incluso lo invitaba a formar parte de mi tribunal de tesis. Por otro lado le comentaba también que ahora por fin tendría nuevamente tiempo para poder retomar el tratamiento. También escribí a Silvia con este fin. Ambos me respondieron con la mayor de las amabilidades y contentos de recibirme nuevamente en su consulta.

En esta segunda etapa nos costó más cuadrar las fechas para las citas de revisión, en buena medida por una resistencia inconsciente por mi parte, mi lado consciente se decía que quería retomar el tratamiento, pero mi parte inconsciente empezó a poner obstáculos; en un par de ocasiones hubo alguna circunstancia por parte de Silvia que impidió que la cita se llevara a cabo en la fecha acordada, sin embargo, cuando así sucedió ella siempre propuso alternativas para recuperar la cita un par de días después. Por mi parte, yo solía posponer mis citas con argumentos de poco peso y solía pedir prórrogas largas antes de la siguiente cita. A continuación algunos ejemplos de ello:

---

---

Silvia

Mañana es la inauguración del mundial y juega México en el partido inaugural contra Sudáfrica justo a esa hora que me propones, ¿No podría ser a otra hora?, perdón por salir con esa excusa tan tonta, pero la verdad es que el país entero estará paralizado en ese momento y yo soy especialmente fanático. Sorry!

Saludos y espero tu respuesta.

Julio

---

---

---

---

Hola Silvia!

Me acabo de dar cuenta de que teníamos cita hoy y por eso estoy consultando el correo; de verdad lo siento muchísimo se me pasó totalmente, tuve una cita en la mañana con una agencia a esa misma hora y no me di cuenta que se empalmaba con nuestra cita, puesto que si no hubiera cancelado la otra, dime si podemos hacer algo para reponer la cita o aunque sea una parte de ella. De verdad te pido mil disculpas.

Julio.

---

---

2012/8/7 Encuentro Kukulcan  
<e\_kukulcan@hotmail.com>

Hola Silvia;

Disculpa la tardanza de la respuesta, lo que pasa es que estoy de vacaciones con mi familia fuera de la ciudad y regreso hasta el 20 de agosto, lo cual me hace imposible tomar la cita para el 8, pues he dejado la guitarra y la prótesis en Zacatecas, pero dime si es posible concertar una cita después de esa fecha por favor. Te mando un abrazo y seguimos en contacto.

Julio.

---

---

---

2012/8/29 Encuentro Kukulcan  
<e\_kukulcan@hotmail.com>

Hola Silvia!

Te escribo para decirte que no me será posible tener el dinero para lo de la cita que agendamos el próximo 31 de agosto, surgió un imprevisto en el trabajo y resulta que este mes no me pagarán hasta que se arregle la situación de mi reincorporación, es un asunto meramente administrativo, ningún problema mayor, pero por lo pronto este mes sí que me fastidiaron en lo que se arregla el asunto. Por tanto quisiera pedirte una prórroga en la cita que habíamos agendado, a reserva de que en cuanto se resuelva esta situación (en próximos días) yo te escribo inmediatamente para que veamos cuando pudieramos agendar una nueva cita. En verdad que me da pena cancelar y sobre todo tan de última hora, pero en esta ocasión se trata de un asunto que escapa completamente a mi voluntad. Te mando un abrazo y espero tu respuesta.

Julio.

---

---

---

El 31 d'agost de 2012 16:48, Encuentro Kukulcan  
<e\_kukulcan@hotmail.com> ha escrito:

Silvia!

He llegado demasiado tarde, sobre las 4:30, lo que ocurrió fue que yo tenía planeado conectarme en la escuela, porque a esa hora estoy dando clases, pero el internet de ahí estuvo demasiado lento y no me permitió conectarme, entonces he tenido que venir a la casa, pero ya no te he alcanzado. Dime cuando podemos fijar otra cita y mándame por favor los datos para el depósito desde el extranjero (con los números para transferencia internacional), parece que ya se está resolviendo lo de mi pago y creo que ya me será posible depositar antes de la próxima consulta.

Te pido una disculpa y te mando un abrazo desde México.

Julio.

---

---

---

---

El 24 de gener de 2013 20.57, Encuentro Kukulcan  
<e\_kukulcan@hotmail.com> ha escrito:

Querida Silvia!

Te pido una disculpa, la verdad es que se me olvidó por completo que ya habíamos puesto una fecha para nuestra próxima cita, me quedé con la idea de que habíamos hablado de hacer una revisión en enero, pero pensé que había quedado abierto, de verdad lo siento. Por otro lado siendo totalmente sincero, no he podido trabajar casi nada con la guitarra en estas vacaciones, por lo que quisiera ver si es posible retrasar nuestra próxima revisión un mes, para poder trabajar en serio y mostrar avances respecto de la última vez. Este año tengo el propósito de curarme de una vez por todas de la maldita distonía y para ello hice ya una planificación de mis horarios de clase que me permita realmente trabajar todos los días, solo que apenas empiezo ahora con ello, por lo que te pido una pequeña prórroga. Aprovecho para desearte lo mejor para este 2013 (año en que superaré la distonía) y augurarte un año repleto de cosas buenas para ti y tu familia.

Un fuerte abrazo. Julio.

---

---

A principios de 2013 se acaba el historial de correos con Silvia y con el INSTITUTART, eso significa que al parecer ya nunca llamé para agendar una nueva cita, hay algunos correos que sostuve con el doctor Jaume cercanos a esa fecha pero fueron más bien relacionados con la posibilidad de que él formara parte de mi tribunal de tesis para el examen doctoral, situación a la que él había accedido de buena gana y que lamentablemente al final no se pudo concretar ya que mi examen se fue retrasando cada vez más y al final hubo incompatibilidad de fechas.

Puedo interpretar por las fechas de esos correos sostenidos con el doctor Jaume, que al final me enfraqué demasiado en el tema de la defensa de mi tesis y ya no tuve cabeza para el tratamiento y ahí lo suspendí definitivamente. Al final contando las dos etapas de tratamiento en INSTITUTART fueron 29 meses, 22 en la primera etapa y 7 en la segunda; en total cerca de dos años y medio en un lapso comprendido entre el 19 de diciembre de 2008 y el 24 de enero de 2013. El número de sesiones que se concretaron fueron 21, 19 en la primera etapa y 2 en la segunda etapa.

Las citas concretadas se dieron en las siguientes fechas según un rastreo que hice en mi correo electrónico:

- 19/12/2008 (cita de diagnóstico)
- 23/02/2009 – 06/03/2009 (10 citas en días consecutivos)
- 29 /08 /2009
- 09/09/2009
- 10/11/2009
- 17/12/2009
- 16/02/2010
- 28/04/2010
- 15/06/2010
- 01/10/2010
- 07/09/2012
- 22/11/2012

La inversión económica para este tratamiento fue de aproximadamente dos mil euros, más otro tipo de gastos como viajes o estudios adicionales.

Como puede observarse si existió un esfuerzo en diferentes sentidos para dar seguimiento a este tratamiento, sin embargo, tampoco fue un esfuerzo consistente de mi parte, lo que se tradujo en una falta de continuidad en las sesiones y también en poco trabajo por mi parte entre una sesión y otra. ¿Cómo se puede interpretar lo anterior? Yo lo interpreto como una resistencia interna, es como si fuera acelerando con un pie y frenando con el otro.

¿A qué se debe esa resistencia? Eso es más complejo de interpretar pero en un capítulo posterior intentaré bosquejar algunas explicaciones mejor contextualizadas y que atiendan a un mayor nivel de complejidad psicológica; antes presentaré en los siguientes capítulos algunos otros aspectos de la historia vivida a más de quince años del primer diagnóstico.

### **El choque en el ejercicio docente: una práctica a contracorriente**

En 2012 llegó el momento en que finalizó la descarga laboral que tuve para realizar mis estudios de posgrado y que había comenzado en 2008. Esto implicó que fue necesaria mi reincorporación a las clases frente a grupo, aún cuando me encontraba en proceso de terminación de la tesis del doctorado.

El primer choque fue que no pude recuperar a los alumnos que había tenido antes de la descarga, ellos habían estado trabajando con otros maestros durante esos años y ya ninguno regresó conmigo en ese primer momento; habían sido alumnos con los que trabajamos de buena manera en su proceso inicial y



que en pocos años habían logrado destacar con algunos logros importantes. Sin embargo, a mi regreso noté una diferencia en el trato de ellos hacia mi, ya había un cierto recelo; se conocía que había tenido el problema de la distonía y que aún no lo había superado, sé de buena fuente que algún maestro incluso había esparcido el miedo de que los alumnos que trabajaran conmigo podrían también comenzar a tener ese tipo de problemas; se pensaba que la distonía pudiera tener su origen en algunos defectos técnicos con el instrumento y eso creaba cierto ambiente de zozobra y duda sobre mi trabajo. Las diferencias técnicas entre unos maestros y otros siempre es un tema, en mi caso yo enseñaba a mis alumnos dentro de la tradición de la escuela de Carlevaro y en ello no coincidía con ninguno de los otros maestros de la escuela, esto acentuaba las dudas antes mencionadas.

Recibí entonces ese año en el que me reincorporé del doctorado, alumnos de nuevo ingreso. Empecé a trabajar con todos ellos desde cero y en poco tiempo nuevamente comenzaron a destacar varios de ellos. Algo había cambiado en la conformación de nuestra academia de guitarra, antes yo había sido el “maestro estrella”, es decir, con quien los alumnos querían estudiar porque venía de fuera, era joven, tocaba bien, tenía cierta trayectoria, etcétera. En aquellos primeros años de mi incorporación a la Universidad de Zacatecas realmente tuve una época de mucho reconocimiento por parte de los alumnos y de los compañeros docentes, en general, de toda la escuela; es una especie de fama interna dentro de la institución, que te otorga una suerte de plusvalía y legitimidad dentro de la comunidad.

Sin embargo, eso cambió, en los años que estuve con descarga laboral, se incorporó un nuevo compañero a la academia de guitarra, más joven, más simpático, con más trayectoria y reconocimiento del que yo había tenido antes y que además estaba en plena forma guitarrística, me refiero a mi amigo Juan Carlos López, conocido en el mundillo guitarrístico como “Caly”. Ahora los reflectores que antes habían sido para mí, pasaron a apuntar

hacia él. Me tocó ahora experimentar lo que seguramente habían experimentado a su vez lo maestros que llegaron antes que yo y que en su momento ostentaron el medallón de “profesor estrella”. Me queda claro que simplemente se trata de ciclos y modas absurdas en las que a veces estamos de moda y a veces no.

Sin embargo, en la vía de los hechos, estas modas se imponen y terminan traduciéndose en su cristalización. Así pues, a pesar de los resultados satisfactorios que tuve con mis alumnos en su desempeño, no tardaron algunos de ellos en pedir cambio de maestro y esto se repitió en varias ocasiones. Cada vez que un alumno mío comenzaba a destacar al siguiente semestre pedía su cambio con Caly, esto no era culpa de Caly, a quien no se le puede reprochar más que ser un excelente guitarrista, simplemente era una dinámica que se daba así de forma orgánica.

Lo cierto es que cada vez me fue costando más trabajo consolidar procesos con alumnos a largo plazo y contar con alumnos destacados que estuvieran dispuestos a apostar por mí como su mentor. Desde luego los tuve, algunos de ellos se titularon con el paso de los años y les estoy muy agradecido por esa confianza, sin embargo, la tónica dominante en mi ejercicio profesional durante estos últimos quince años fue la de recomenzar desde cero cada año. Aún así, a contracorriente, logré siempre buenos resultados con mis alumnos, de ello hablan los cincuenta premios obtenidos por ellos en diferentes concursos nacionales, sobre todo, en categorías infantiles y juveniles. Las últimas dos alumnas que pidieron su cambio con Caly fueron mi hija Paloma Jiménez y la alumna con quien trabajé durante más años, ocho para ser exacto, Regina García, a quien le di clases desde los ocho años y se cansó de ganar concursos por todo el país durante ese lapso.

Todo esto lo menciono porque quiero llegar a una reflexión que por lo menos en mi caso he podido constatar. Un maestro de instrumento que no toca, es un maestro de instrumento que

no aporta; no porque no tenga nada que decir, sino porque no tiene nadie que lo quiera escuchar. La anterior es una frase dura y que seguramente parecerá exagerada para muchos, sin embargo, la digo desde mi propia experiencia como un docente con vocación que siempre he sido; pienso que seguramente quien me escuche decir esto pensará que lo digo desde el resentimiento, pero en verdad no es así. Aprecio mucho mi trabajo y a mis compañeros, pero es verdad que viví con dificultad esta etapa y estoy cierto de que un maestro de instrumento necesita tocar para poder inspirar a sus alumnos, en mi caso siempre intento tocar para ellos en clase para ejemplificar algo, pero en más de una ocasión he notado como ellos desvían la mirada para no ver mi mano.

### **Creciendo en otros ámbitos**

En 2013 por un lado tuve la dificultad de sostener un tratamiento que resultaba costoso para mi en euros y por otro, el proceso de defensa de la tesis del doctorado, escenarios que me alejaron completamente del tratamiento. Fue un periodo que me permitió ir creciendo más allá de lo que había sido mi formación como intérprete musical, en estos años del doctorado tuve oportunidad de leer mucho y de muy diversas fuentes del conocimiento; mi tesis que originalmente había sido planteada como una metodología para la guitarra, con el transcurso de la investigación se convirtió en una fundamentación teórica para dicha metodología y finalmente en un planteamiento mucho más amplio en torno a la interpretación musical con un peso más filosófico y epistemológico que a la postre se acabaría convirtiendo en un libro titulado

Este descentramiento de mi actividad como guitarrista me permitió una toma de distancia crítica respecto del quehacer

del intérprete y sobre todo, una toma de distancia respecto de mi propio quehacer como guitarrista. Ello me permitió poner algunas cosas en perspectiva y explorar otras posibilidades de realización para mi en lo profesional. Este ejercicio siempre es muy positivo, ya que como intérpretes musicales nos casamos con una idea de lo que debiera ser nuestra carrera y ejercicio profesional y sin darnos cuenta, una vez más vamos adoptando las improntas profesionales que nos impone el propio medio y la formación que en el caso de los intérpretes musicales aún hoy en día es muy decimonónica, con una idea del músico de conservatorio que debiera ver la vida a través del prisma de su instrumento.

Nos formamos en la licenciatura durante años y años, tratando de desarrollar una maestría técnica con nuestro instrumento y eso implica para cualquier intérprete profesional una cantidad impresionante de lo que a veces se denomina como “horas nalga”. En todos estos años de formación tan intensa y tan hiper-especializada, pareciera que cualquier cosa que te pueda distraer de esas “horas nalga”, o sea, de las horas que estés sentado practicando tu instrumento, es algo indeseable. Es común que nosotros como profesores de instrumento seamos muchas veces los primeros en darle el mensaje a nuestros alumnos de que la materia que realmente importa es la de instrumento y que las demás son una especie de relleno a las que habrá que dedicar el menor tiempo posible, siempre a favor de tener más tiempo para la práctica instrumental.

En mi caso fueron diez años de la licenciatura y dos más en el posgrado en Viena, en los que esa fue la visión preponderante. No fue sino hasta el estudio de la maestría-doctorado cuando comencé a abrir los ojos hacia una parte más amplia del conocimiento, ya no solo como músico, sino como universitario integral. Tuvieron que pasar más de veinte años desde el comienzo de mi formación musical para empezar a tener oportunidad de voltear hacia otros lados, antes fue como los caballos

que les ponen anteojeras en los ojos para que solo vean hacia el frente y no se distraigan.

Pero mi caso no fue la excepción, en realidad es más bien la regla, tengo veinticinco años impartiendo clases de música a nivel universitario y lo sigo viendo todos los días; una de las materias que imparto se llama proyecto de titulación, que los alumnos cursan en el último semestre de la carrera antes de titularse. En esta materia se trata de que los alumnos elaboren un documento con una temática de investigación y que pudiera adoptar diversos formatos, desde la tesis, la tesina, las notas al programa, el ensayo etcétera. La verdad es que los alumnos llegan a ese momento sin herramientas mínimas de investigación y en la mayoría de los casos se trata de alumnos muy destacados, que incluso se han ganado el derecho a titularse por promedio; esto solo puede explicarse por una anomalía en nuestro sistema de enseñanza musical y lo he visto pasar en todos lados ahí donde se formen músicos profesionales.

Entiendo que la práctica musical a nivel profesional implique un nivel de hiper-especialización muy grande, sobre todo en las primeras etapas de estudios, ya que se trata de una formación de especialización temprana; pero de verdad, es importante cambiar el paradigma e impulsar posgrados en música que atiendan una formación más integral del músico, incluso aunque se trate de programas orientados a la interpretación y esto también es importante desde la gestación inicial.

### **La muerte profesional**

Desde 2007 al actual 2023 a fuerza de decir la verdad nunca tuve un reconocimiento en el mundo de la guitarra en México, como para que me invitaran a dar conciertos, a participar en festivales

ni nada parecido; sin embargo, es verdad que si solía contar con tres o cuatro invitaciones de este tipo al año, lo cual parecía que poco a poco iría en aumento en la medida que lograra consolidar mi carrera como concertista y dar un par de golpes de autoridad con algunos concursos importantes que lograra ganar. En esa lógica estaba justamente cuando vino la distonía y ya no se pudieron lograr esos objetivos.

En aquel entonces eso hubiera bastado para posicionarme de buena manera en el imaginario guitarrístico en México; la verdad es que cada vez, de manera frenética en los últimos años, se ha hecho más competitivo el ambiente de la guitarra en nuestro país y cada día es más común que guitarristas más jóvenes destaquen y ganen concursos internacionales y sin embargo, eso el día de hoy ya no les garantiza absolutamente nada; a veces me da la sensación de que para los organizadores de los festivales de guitarra en México, cada vez más abundantes, solo existieran cuatro o cinco guitarristas mexicanos que uno ve repetirse en todas las carteleras año con año.

Creo además que la nuestra es como una generación sándwich en la historia de la guitarra en México, por un lado, estuvieron los maestros más grandes que acapararon todo el pastel en las décadas de los ochenta y noventa e incluso comienzos de la siguiente década. Esos son los que representan el pan de arriba del sándwich; por otro lado, están los guitarristas cada día más jóvenes que lo hacen increíblemente bien, ellos son el pan de abajo y ya nos comieron el mandado en la actualidad. En medio estamos dos o tres generaciones de guitarristas a las que llamo la generación X, que no tuvimos en su momento todas las plataformas de lanzamiento que tienen los jóvenes de hoy, en nuestro tiempo solo existía Paracho, un poco después Taxco y poco más. Me parece que mi hermano y yo, fuimos los primeros de esta generación X que tuvimos la oportunidad de estudiar en el extranjero en el año de 1994.

Lo cierto es que si antes de la distonía no había demasiada actividad como concertista para mí, después de la distonía simplemente desapareció; en los primeros años la gente me conocía pero sabía que estaba en un periodo de rehabilitación y preferían no invitarme, a pesar de que de hecho nunca estuve dispuesto a rechazar ninguna invitación por ese motivo. Con el paso de los años mi nombre definitivamente ya no lo conocían los más jóvenes y terminó por simplemente desaparecer del imaginario. Todavía me pasa hoy en día a veces que cuando me muevo en el mundillo de la guitarra tengo que terminar aclarando que soy el hermano de Krishna para que la gente me ubique.

Durante algún tiempo, ante la frustración de permanecer en el anonimato guitarrístico decidí ofrecer mis servicios de manera gratuita, le pedía a la gente que me invitara a tocar y que no les cobraría nada por ello, esa estrategia tampoco funcionó, incluso creo que fue contraproducente, la gente no estaba dispuesta a invitarme ni gratis y dejé de ofrecerlo por miedo a parecer alguien al que las personas le sacan la vuelta para que no les incomode con su propuestas incómodas; incluso personas muy cercanas y queridas mías nunca estuvieron dispuestas a invitarme. Mientras tanto yo siempre pensé que tenía algo que aportar con mi guitarra, con mi manera de hacer música, con mi manera de enseñar.

Sobra decir sobre las variadas ocasiones en que queridos y admirados colegas músicos, han rechazado alguna propuesta para trabajar conmigo en algún proyecto, argumentando falta de tiempo, entre otras cosas.

En alguno de los tantos momentos de optimismo, anuncié un concierto de mi regreso a los escenarios, fue un concierto en el auditorio de nuestra escuela, en aquella ocasión me avoqué a hacer bastante publicidad del evento e incluso a invitar a la gente salón por salón; aquella noche el Auditorio lució pletórico de amigos, familiares y alumnos que acudieron a mi invitación

y el concierto se desarrolló de manera emotiva y con un desenvolvimiento aceptable por mi parte. Esa fue la excepción; siendo honestos de las muy pocas veces que me presenté en concierto en todos estos años con distonía, la gran mayoría fueron momentos de frustración para mí, al percatarme de que mi nivel disminuía considerablemente de lo que podía hacer en la sala de mi casa a lo que podía hacer en el escenario cuando la distonía se disparaba.

Cada una de las veces que me preparé para enfrentar un concierto, lo hice con la mayor de las seriedades, siempre me preparé exhaustivamente y con el profesionalismo que ameritaba la ocasión, ese fue el caso del último concierto que di este año en el Ciclo de Guitarra del Festival Cultural de Zacatecas; lo hice ante una sala semivacía en la que no estuvieron presentes ni mis alumnos, ni mis familiares, ni mis compañeros de trabajo; apenas algún turista despistado que paseaba con motivo del Festival. El olvido se ha consumado; creo que hubo buenos momentos en ese concierto, a los que se llevó el viento como al canto de los pájaros que me acompañaron esa tarde de abril.

### **Ponce exacerbado**

En 2017 realicé otro de los intentos por recuperar mi actividad como guitarrista fue la grabación del disco ; esto se dio en el contexto de un apoyo que recibimos para realizar diferentes proyectos al interior de nuestro cuerpo académico, uno de ellos fue un presupuesto para la realización de un disco como solista. Después de mucho tiempo se abría una ventana de oportunidad para que yo pudiera retomar la guitarra y era muy motivante esta expectativa.



A continuación un extracto del texto de agradecimiento que se incluyó en el interior de ese disco:

*Desde hace más de diez años, he estado esencialmente inactivo como ejecutante, debido a una lesión profesional (disonía focal), que me ha mantenido lejos de la práctica y de los escenarios, lo cual ha representado una interrupción de mi carrera como guitarrista (que no como músico). De alguna manera este disco es un acto de rebelión ante esa condición que durante años ha amenazado con separarme definitivamente de mi profesión, sin embargo, las ganas de tocar mi instrumento, al final ha sido más fuerte que mis limitaciones, las cuales he podido sortear dándoles la vuelta con alguno que otro “apañe” como tocar con dos dedos de la mano izquierda en lugar de cuatro, para lo cual uno de mis ídolos, el gran Django Reinhardt, ha sido un ejemplo invaluable de coraje. Él me enseñó que el amor a la música está por encima de las adversidades. En mi caso a pesar de no estar en plenitud de facultades técnicas, como se puede advertir en este disco, ello no me impidió acercarme a este repertorio maravilloso del gran Manuel M. Ponce, a quien agradezco también su legado inconmensurable, que me dio el pretexto perfecto para la realización de este disco.*

La grabación se llevó a cabo entre julio y agosto de 2017 e incluyó tres obras de gran formato del compositor zacatecano Manuel M. Ponce; la Sonata Clásica, Tema y 20 variaciones sobre las Folías de España y el Concierto del Sur, que se grabó en un concierto con la Orquesta Sinfónica Juvenil de la UAMUAZ en vivo, en el marco de una presentación en el Teatro Calderón. El disco, en mi humilde opinión tiene momentos muy bonitos y bien logrados, a pesar de las limitaciones técnicas que también fueron evidentes.

Este producto vio la luz en el verano de 2018, yo tenía expectativa de que representara una plataforma de lanzamiento para que se reanimara mi carrera concertística, sin embargo, no fue así; el disco tuvo un par de presentaciones aisladas y no despertó mayor interés dentro de la comunidad guitarrística;

básicamente se convirtió en un objeto-regalo que fue a parar a los cajones de los amigos a los que se los regalé.

Este capítulo se llamó la resistencia porque hace alusión a ese concepto en dos sentidos; por un lado a mi propia resistencia interna para rehabilitarme de la distonía; por el otro a mi resistencia externa para sobrevivir como guitarrista a pesar de los pesares contra viento y marea, creo que la primera resistencia se comió a la segunda...

**CAPÍTULO IV**  
**UNA NUEVA**  
**OPORTUNIDAD**



## Una nueva oportunidad

*...como no sabía básicamente nada,  
tenía una libertad de elección casi total*

*F. H. Crick*

### **Sandra Romo, Casa Senit y las cadenas musculares y articulares (GDS)**

En 2015 habían pasado un par de años desde que abandoné el tratamiento en INSTITUTART, recuerdo que en algún concurso de guitarra infantil en el que llevé a mis hijas a participar, coincidí con José Miguel Suárez y nos saludamos con gusto, años antes habíamos coincidido en otro concurso en el que participamos ambos y ahí hicimos amistad. En esta ocasión estuvimos charlando brevemente y salió el tema de que él había tenido distonía y que se había rehabilitado, me dijo que se había tratado con una doctora en México de nombre Sandra Romo y que le había ido muy bien; cuando le pregunté si consideraba que su rehabilitación había sido completa, me sorprendió que él me dijo que incluso sentía que había quedado mejor que antes de la distonía, eso es algo que no me había planteado hasta ese momento como una posibilidad, uno siempre piensa en volver a tocar como antes de la distonía, pero no se imagina en dar el salto hacia un estadio incluso mejor.

Todavía pasaría un tiempo hasta que a finales de 2017 otro amigo, Jaime Soria, me volvió a hablar de Sandra Romo y de una rehabilitación que él hizo con ella por otro problema que tuvo; entonces recordé la experiencia que me contó José Miguel y decidí finalmente ponerme en contacto con ella.

En 2018 tuve mi primera cita en Casa Senit, que es el nombre de la clínica de la doctora Sandra Romo, se llevó a cabo en el mes de enero, la clínica estaba ubicada en Coyoacán, en la ciudad de México, esos rumbos los conocía muy bien, pues habían sido los rumbos de mi infancia. En esa ocasión viajé desde Zacatecas para tener una primera entrevista con la doctora Sandra. En esa primera revisión me hizo tocar la guitarra, platicamos sobre mis antecedentes con la distonía, con mi tratamiento anterior, me tomó fotos, medidas, videos, llené un par de cuestionarios. Ella me confirmó por segunda ocasión el diagnóstico de distonía que unos años antes me hiciera el doctor Jaume Rosset.

Me comentó que ella veía un caso que no era tan severo como otros que había tratado con anterioridad; también me dijo que dado el tiempo que llevaba con la distonía el pronóstico de recuperación era más bajo que en casos que fueran más recientes, sin embargo, ella veía buena perspectiva para que yo pudiera lograr una recuperación total. Me explicó que dentro de su tratamiento era fundamental el acompañamiento de tipo terapéutico con una psicóloga del centro que realizaría el seguimiento desde una perspectiva de psicoterapia funcional:

*La psicoterapia que recomiendo es la funcional. Porque se trata de devolver las FUNCIONES a través del reconocimiento de cuáles experiencias básicas del se han alterado. Involucra el aspecto fisiológico, el mecanopostural, el emocional y el cognitivo simbólico.*

*Es una terapia suave, profunda, innovadora, donde se trabaja mucho con el cuerpo y las emociones. La recomiendo para músicos que llevan ya tiempo significativo con dolor, o que están experimentando*

*incapacidad para tocar su instrumento porque sus dedos no obedecen o no hay control (disonía focal) (Romo, 2016).*

Me explicó entre otras cosas que trabajaba con un enfoque algo diferente al del doctor Jaume Rosset, a quien desde luego conocía. Me preguntó sobre mis hábitos alimenticios, de sueño, de activación física y demás. Me explicó algo sobre la perspectiva de las cadenas musculares y en general, me dijo que el enfoque sería más holístico y atendería a la integralidad de la persona; todo ello me pareció bien, era un planteamiento con el que ya simpatizaba de inicio por mi propia manera de pensar.

Quedamos en que dado que yo vivía en Zacatecas, podríamos llevar el tratamiento a distancia de manera virtual, me dijo que ya tenía experiencia en ello con otros pacientes y quedamos de vernos al siguiente mes. En esa primera cita conocí también a su esposo y a su hija recién nacida; fue una primera impresión muy agradable tanto de Sandra como de su entorno en Casa Senit con todo su equipo de trabajo en el cual estaba involucrado también su esposo Fuad como holoterapeuta, quien también estuvo presente en esa primera valoración.

Otra de las cosas que me pareció muy favorable, fue que el costo de este tratamiento sin ser barato, estaba mucho más ajustado a mis posibilidades, ya que estábamos hablando de un tratamiento en pesos en el contexto de los precios mexicanos para un tratamiento médico. Hicimos pues, nuestra siguiente cita ya de manera virtual, para el mes de febrero, un mes después de esta primera cita diagnóstica.

Hablando del método de cadenas musculares y articulares (GDS) puedo comentar brevemente que es un método desarrollado por la doctora Godeliève Denys-Struyf, fisioterapeuta y osteópata belga, quien además fue investigadora en antropología y psicomorfología desde la década de los años cincuenta del siglo anterior y simultáneamente pintora retratista de Bellas Artes; habla de seis grupos o familias neuromusculares o

cadenas, cada uno de los cuales tiene una función; la intención fundamental es tratar de rearmonizar al individuo evitando que alguna de las cadenas tenga predominancia sobre las otras. Se trata pues, de una perspectiva que considera la interconexión del cuerpo humano de la cabeza a los pies y en una interacción compleja que observa su funcionamiento desde dentro (Busquet, 2004).

Este enfoque terapéutico se basa en la premisa de que la función muscular puede ser alterada por el aspecto patológico, es decir, que el estado psíquico o emocional se constituye en un condicionante de la propia función motora y esto se expresa de manera local, pero tiene su origen en un encadenamiento muscular más amplio, en donde las carencias o excesos de tensión se traducen en una alteración del gesto que tiene que ver de manera simultánea con aspectos fisiológicos, psicológicos, neurológicos y energéticos (Ídem). Esto es lo que puedo decir de manera muy general para dar una idea sobre esta perspectiva médica, sin embargo, en la página de Casa Senit se puede encontrar una explicación mucho más amplia y detallada acerca de esta perspectiva, así como numerosos artículos escritos por la propia Sandra y otros especialistas de su centro ([casasenit.com.mx](http://casasenit.com.mx)).

También es importante comentar en este punto que tanto para la explicación más amplia de sus perspectivas médicas, como de sus experiencias en el ejercicio profesional a lo largo de los años; al final de este libro se incluyen dos entrevistas al doctor Jaume Rosset I Llobet y a la fisioterapeuta Sandra Romo; a quienes agradezco infinitamente su apertura para colaborar en el proyecto de este libro de manera siempre desinteresada y altruista.



## El tratamiento a distancia y el tercer abandono

Tengo que decir que en esta primera etapa me costó cierto trabajo dar seguimiento a las tareas que Sandra me iba encargando, sentía que era demasiada información y sobre todo demasiadas tareas que no lograba memorizar correctamente o ejercicios que no sabía si los estaba haciendo de manera correcta y no tenía medio para cotejar esto en los periodos entre una sesión y otra. En la consulta Sandra me explicaba como hacerlos y aparentemente yo los entendía, pero luego, cuando quería hacerlos por mi cuenta me percataba de que no los dominaba y eso me causaba cierta inseguridad.

Aunado a ello había otro tipo de tareas que implicaban conseguir algunos productos como suplementos alimenticios, hierbas, kiniesotape, popotes, tapetes de yoga, resortes elásticos etcétera. En realidad cosas muy básicas que no eran difíciles de conseguir, pero que implicaban una cierta iniciativa y disciplina para dar seguimiento a todo ello, nada del otro mundo para alguien que tiene la mejor disposición para conseguir una rehabilitación de manera exitosa, pero algo complicado para alguien que tiene una resistencia como freno de mano.

Comenzó a suceder entonces que llegaba a las sesiones sin haber trabajado como debería y eso me generaba cierto sentimiento de culpabilidad por no haber cumplido mi parte, lo cual comenzó a su vez a generar un cierto círculo vicioso de retroalimentación negativa, en donde yo sabía que ya tocaba el tiempo para la siguiente sesión, pero al mismo tiempo sabía que no había hecho lo de la anterior entonces posponía. Me presionaba porque sentía que estaba tirando el dinero, no porque no estuviera recibiendo el servicio médico adecuado por parte de Sandra, sino porque yo no lo estaba aprovechando al corresponder con el trabajo entre sesiones.

Sandra siempre fue muy comprensiva conmigo, recuerdo que incluso en alguna ocasión yo le dije que me regañara por no estar haciendo lo que correspondía y ella dijo que no, que ese no era su papel y que yo tenía que ir procesando por mi mismo con madurez, capacidad autocrítica, pero al mismo tiempo con paciencia hacia mi persona. Ella me invitaba a relajarme y a tener una actitud más lúdica y constructiva, decía que conocía bien nuestra personalidad como músicos clásicos, que solemos ser obsesivos y duros con nosotros mismos y por el contrario ella me conminaba a abordar el asunto desde otra actitud.

A todo esto tengo que decir también que yo logré negociar con ella que no fuera necesario hacer la psicoterapia funcional, yo argumenté que ya había hecho antes siete años de terapia psicoanalítica (lo cual era cierto) y que no lo consideraba necesario, tengo que decir que me pesaba el hecho de que la psicoterapia que ella me proponía con la terapeuta de su centro, me implicaba que el costo del tratamiento se duplicaría. Una vez más, igual que logré convencer al doctor Jaume y a Silvia de participar en el concurso de Almería, desatendiendo una de sus primeras recomendaciones, ahora lo hacía otra vez con Sandra respecto de la psicoterapia ¿Mencioné antes lo del excelente abogado de mi egocentrismo?

No tardó mucho tiempo pues en que este círculo vicioso de resistencia y culpabilidad me llevara a abandonar por tercera vez un tratamiento, teniendo en cuenta que ya antes lo había hecho en dos ocasiones con el tratamiento de INSTITUTART.

## Soy un ex-diabético

En 2017 en la primera sesión de diagnóstico que tuve con Sandra, cuando hablamos sobre mis hábitos alimenticios y sobre mi historial médico, le comenté sobre el tema de la gota y también sobre la diabetes que me habían diagnosticado ese mismo año. Recuerdo que le comenté que mi dieta era vegetariana desde nacimiento y sin embargo, había acabado contrayendo aquellas dos enfermedades relacionadas con un tema de desorden alimenticio; ella comentó en ese momento que efectivamente había mucha gente que aún a pesar de ser vegetariano descuidaba mucho su alimentación, que conocía muchos vegetarianos que su base de alimentación eran las harinas y las papas; no pude dejar de identificarme con ello.

Cuando llegué por primera vez al ISSSTE para una consulta con el médico general porque había estado teniendo sed en exceso, el doctor me mandó realizar estudios de laboratorio y resultó que mis niveles de azúcar estaban en quinientos; el doctor dijo que era un milagro que estuviera llegando por mi propio pie, que con esos niveles lo normal es que la gente llegara a urgencias cercano al coma diabético. Me diagnosticaron diabetes tipo II con la advertencia de que ahora en adelante sería un paciente diabético de por vida; que la enfermedad era incurable y que a lo que podía aspirar era a que estuviera controlada y pudiera tener un buen nivel de vida si lograba que mi glucómetro no subiera mucho de las ciento veinte unidades.

Después de más de dos años en los cuales me había estado inyectando treinta unidades de insulina diarios y por supuesto, tomando los medicamentos correspondientes prescritos en el ISSSTE, al ver que mi mejora era relativa y demasiado frágil decidí optar por un tratamiento de trofología, en donde se atacarían estas enfermedades desde un cambio de plan alimenticio.

*La trofología se caracteriza por el papel que juegan en ella las incompatibilidades alimenticias, derivadas de las cargas eléctricas positivas y negativas de los alimentos. Uno de los objetivos centrales de esta corriente fue el intentar evitar durante la digestión alimentos de carga contraria que pudieran provocar malestar y a la larga hasta enfermedades (Guillem-Llobat, 2007).*

En 2019 cuando consulté al trofólogo Albert Lara, me comentó que la diabetes si podía superarse y que necesitaba que tuviera confianza en él y en su tratamiento. Comenzamos con un plan de desintoxicación intensivo, primero tres días en los que yo solo comería fruta, el primero sandía durante todo el día, el segundo papaya y el tercero jugo de piña. Yo pensé que eso sería imposible ¿Cómo podría sobrevivir tres días completos únicamente comiendo eso? pero lo hice y sobreviví. Después el tratamiento de desintoxicación continuó durante tres meses con un plan alimenticio elaborado de manera personalizada y que se modificaba cada quince días.

En el transcurso de esos primeros tres meses el trofólogo me iría quitando de manera gradual la insulina, una vez más pensé que en la primera reducción de diez unidades seguramente los niveles de azúcar se dispararían; me tomaba medición con mi glucómetro todos los días y para mi sorpresa los niveles no solo no se dispararon, sino que disminuyeron. Después vino una nueva reducción y el glucómetro siguió bajando, finalmente cuando me quitó la insulina los niveles se estabilizaron en ochenta y cinco unidades. Terminé el tratamiento de desintoxicación a los tres meses y además de perder dieciséis kilos, me sentía con veinte años menos.

Durante el periodo del tratamiento fui extremadamente disciplinado en seguir todas las indicaciones del trofólogo, no ingerí absolutamente ningún alimento que no estuviera indicado por

él, ni media galleta. La disciplina incluía levantarse dos horas más temprano de lo normal para preparar los jugos y tónicos de la mañana, así como la fruta y los alimentos que me llevaría a la escuela para hacer mis comidas de media mañana. La recompensa estaba ahí, había vencido a la diabetes que se suponía una enfermedad incurable y me había demostrado a mi mismo que tenía la capacidad de lograr lo que yo quisiera.

Ahora el siguiente reto era mantener la disciplina más allá de este primer tratamiento desintoxicante, una vez acabado éste, se volvía menos restrictiva mi alimentación, se trataba ahora de lograr integrar un estilo de vida saludable de por vida, más que un régimen alimentario temporal; el arte a partir de ese momento sería encontrar un equilibrio saludable entre un hábito alimentario base y la posibilidad de permitirme algunas licencias sin que ello representara un problema. De gran ayuda para mi en este proceso resultó el apoyo de mi esposa Yolanda, quien se avocó a tomar algunos cursos de cocina saludable con este mismo trofólogo y a partir de ahí todos como familia pudimos adoptar eso como un estilo de vida desde hace cinco años a la fecha, en los que la diabetes y la gota quedaron como dos fantasmas del pasado con los que dejé de batallar; el día de hoy si me ofrecen ocasionalmente algún pastel en una fiesta o algo parecido lo consumo con la mayor naturalidad.

### **Regreso con Sandra**

Para finales de 2019 Sandra Romo visitó Zacatecas para impartir un curso en la escuela donde trabajo; fue una coincidencia pero me sirvió de motivación para retomar el tratamiento; pensé entonces que probablemente una de las cosas que habían sido un obstáculo en la vez anterior era el tema del dinero, entonces decidí aprovechar este nuevo impulso para garantizar

una continuidad en las sesiones con Sandra y decidí invertir un recurso extraordinario que recibí por esas fechas para pagar quince sesiones por adelantado; ahora ya no tendría que preocuparme por ese tema durante algún tiempo y podría entregarme al tratamiento con mayor convicción. Me pareció incluso que ese parámetro de 15 sesiones podría verlo como un reto para tratar de lograr la recuperación en ese lapso.

Ahora, para esta segunda etapa tenía poco tiempo que había iniciado el tratamiento con el trofólogo, estaba justo al final de la desintoxicación y la mejora de mi condición física era evidente. La propia Sandra me felicitó por este logro y me dijo que la manera en la que yo había podido hacer frente a la problemática de la diabetes, era una buena señal de lo que podría hacer con respecto a mi rehabilitación de la distonía. En aquella visita a Zacatecas tuvimos la oportunidad de convivir de manera más cercana con Sandra y su familia quienes vinieron a la casa y departimos aquella tarde al calor de la paella y los juegos de los niños, ese día pudimos estrechar lazos de amistad con ellos.

Retomamos pues el trabajo con el mejor de los optimismos, tuvimos ocho sesiones en las cuales fuimos constantes en su periodicidad y aunque al principio se volvió a hacer un poco confuso el tema de los ejercicios y las tareas, esto mejoró notablemente cuando Sandra me permitió grabar las sesiones para poder consultarlas cuantas veces me fuera necesario. Sucede que para algunas cosas soy bastante lento de aprendizaje y especialmente torpe para las cuestiones manuales, así que arruiné varias cintas de kiniesotape en ese proceso de aprendizaje, pero logré dominarlo a fuerza de ensayo y error.

Las sesiones que tuvimos en esa segunda etapa fueron en las siguientes fechas:

- 16 de octubre de 2019
- 30 de octubre de 2019
- 13 de noviembre de 2019

- 11 de diciembre de 2019
- 08 de enero de 2020
- 22 de enero de 2020
- 05 de febrero de 2020
- 19 de febrero de 2020

### **El cuarto abandono: el miedo no anda en burro**

En 2020 durante los primeros meses de ese año se nos vino encima la pandemia de Covid-19, esto no afectaba de ninguna manera mi tratamiento con Sandra, ya que estábamos acostumbrados a trabajar a distancia sin embargo, cuando llevábamos ocho sesiones de esta segunda etapa, sobrevino nuevamente un periodo de duda, sentía que ya había pasado la mitad del tiempo que me había propuesto para llevar a cabo mi rehabilitación y una vez más me invadió el miedo de no lograr el objetivo en el lapso que me había fijado yo mismo; estas cosas pasaban por mi mente de manera casi inconsciente, desde luego que nunca las comenté con Sandra en esos términos.

Sentí entonces la necesidad de aplazar nuevamente el tratamiento y le pedí a Sandra que me guardara las siete sesiones que aun no había consumido; una vez más estaba administrando mi enfermedad, todo ello en medio de una reorganización general de mi vida que cambió mucho en sus hábitos por aquellos tiempos, al igual que la de la inmensa mayoría de las personas en el mundo, que nos encontrábamos enfrentando un escenario inédito para el que no estábamos preparados, no solo desde el punto de vista sanitario, sino sobre todo desde el punto de vista psicológico.

El miedo fue nuestra primera reacción, la nuestra y la de todo el mundo; que tire la primera piedra quien no haya hecho sus compras de pánico y haya contribuido a la escasez de los rollos

de papel higiénico. En nuestro caso comprábamos todo en línea y nos lo llevaban a la casa, el repartidor lo dejaba en la puerta y nosotros dejábamos la propina en el buzón, bajábamos por las cosas y desde luego desinfectábamos producto por producto antes de introducirlo a la casa. Así de irracional es el miedo y todos pudimos experimentarlo en mayor o en menor medida por aquellos días.

Nosotros como familia decidimos ir a vivir a una cabaña en medio del bosque, ello después de algunos meses de aislamiento riguroso, en el cual no nos permitimos ni ver a nuestros familiares más cercanos que vivían en la misma ciudad que nosotros, en este lapso, Héctor, el hermano de mi esposa, había estado viviendo solo en un departamento; así se había considerado conveniente, ya que él tenía que salir todos los días a trabajar y eso representaba un riesgo para los otros miembros de la familia con los que vivía. Para tratar de sobrellevar la situación en alguna ocasión, lo invitamos a la casa a ver una película; Héctor siendo una persona sencilla y de gran inocencia, solía reírse a carcajadas ante situaciones familiares como la de esa tarde, además esa película (Papá por siempre) la había visto cientos de veces desde su infancia y nunca podía evitar destornillarse de risa con ella; sin embargo, en aquella ocasión fue diferente, no rió en ningún momento, como si ya estuviera contagiado por el virus, y lo estaba, era el virus de la tristeza.

Todavía se me llenan los ojos de lágrimas cuando recuerdo una ocasión en la que nos topamos con él en la calle por casualidad y cuando intentó acercarse a nosotros, agobiado por el fantasma de la soledad, le pedimos que por favor guardara su “sana distancia” a tres metros y a la primera oportunidad subimos a nuestro coche y lo dejamos solo en aquel parque. Cuando se vio que la pandemia continuaría por tiempo indefinido, todavía alcanzamos a auxiliarlo para que regresara a vivir a su casa con la parte de la familia con la que él solía vivir. Héctor moriría



poco después de eso, con tan solo 30 años, por una complicación médica repentina que nada tuvo que ver con el Covid-19.

**El diplomado en neuroplasticidad y consciencia corporal, una perspectiva refrescante. El quinto abandono.**

En 2021 un par de años después volví a contactar con Sandra, el motivo es que organizó un diplomado dirigido a pacientes de distonía focal y pacientes con dolor crónico que me interesó y contacté con ella para inscribirme; me recibió en el Diplomado en Neuroplasticidad y Consciencia Corporal siempre con el gusto y la amabilidad que la caracterizan; hablamos de utilizar el crédito que tenía a favor para cubrir las primeras sesiones del diplomado, así como para retomar las sesiones de trabajo individual de manera simultánea.

Este diplomado comenzó en octubre de 2021 y finalizó en septiembre de 2022 con una sesión cada mes, al mismo tiempo yo tuve una sesión individual también de manera mensual. El diplomado constó de doce módulos con los siguientes tópicos:

Anatomía vivencial, sentir al cuerpo  
Biomecánica, técnica y utilización corporal para evitar lesiones  
¿Dónde inicia el movimiento? La pelvis: principio de todo

Respiración: fuente de movimiento  
Ola de crecimiento y secuencia de estiramientos  
Postura “ideal”  
Hombro útil, mano consentida  
Cabeza  
Siento mis piernas para avanzar

Soltar y descontrolar (parte 1)

Soltar y descontrolar (parte 2)

Ritmo e improvisación

Ya desde el temario de los módulos es fácil darse cuenta de que se trató de un programa muy completo que atendió diferentes aspectos relativos a la integralidad del músico como persona. A lo largo de los diferentes módulos tuvimos sesiones prácticas en donde hubo la oportunidad de retroalimentar con compañeros músicos que estaban en un proceso similar de rehabilitación y que se conectaban desde diferentes partes de Latinoamérica. De manera simultánea a las sesiones prácticas estuvimos revisando diversos materiales teóricos de estudio relacionados con la temática de los módulos y en los últimos tres, tuvimos la oportunidad de contar con ponentes especialistas de primer nivel que complementaron la exposición de Sandra Romo desde sus campos de especialidad. Entre los ponentes invitados estuvo la psicóloga Blanca Eugenia Cervantes, especialista en psicoterapia funcional.

Sobra decir que fue una formación muy enriquecedora y que a mí, como profesor de la materia de “Educación somática para músicos” que imparto en la universidad, me resultó de gran utilidad. Recuerdo que antes de comenzar el diplomado Sandra nos envió un pequeño video en donde nos invitaba a preguntarnos desde donde queríamos acceder a nuestra recuperación y cuál era la motivación que estaba detrás de ello. Aún el día de hoy resuenan en mí esas preguntas y haciendo un ejercicio de honestidad interna, creo que no estoy del todo seguro de las respuestas. Concluí satisfactoriamente el diplomado y abandoné el tratamiento por última vez, estando a un noventa o noventa y cinco en mi porcentaje de recuperación.

**CAPÍTULO V.**  
**ANALIZANDO**  
**EL PROBLEMA**



## Analizando el problema

*Todas las mañanas, durante más de treinta años,  
puse a prueba la mano sin perder la esperanza.*

*John Fleisher*

### La distonía focal ¿enfermedad o padecimiento?

En este capítulo me gustaría sentar algunas bases para la reflexión en torno a la distonía que es un trastorno del movimiento y que ya se ha estudiado con cierta profundidad desde hace dos o tres décadas desde la perspectiva de la enfermedad; sin embargo, me parece que los estudios desde la perspectiva del padecimiento aún son muy incipientes y es justamente ahí en donde creo que un texto como el que se presenta en este libro tiene su nicho de aportación al tema.

Primeramente habría que acotar esa diferenciación entre enfermedad y padecimiento, ya algunos autores han abordado este tópico desde hace tiempo en el área de los estudios sobre medicina humana y creo que vale la pena retomar este planteamiento para entender de mejor manera la aportación que pudiera tener el presente trabajo, sobre todo para entender mejor la distonía desde un punto de vista más abarcante.

Fernando Martínez Cortés, en su libro (1983), hace un recuento de la historia de la medicina desde la antigüedad hasta nuestros días; en dicho recuento él deja constancia de que históricamente la medicina había sido un instrumento de sanación estrechamente vinculado al paciente y a su padecer; dicho vínculo se vio comprometido cuando la medicina a finales del siglo XVIII -al igual que tantas otras ramas del conocimiento- abandona ese paradigma originario, para buscar ajustarse a los criterios de lo que en aquel entonces dictaba el positivismo científico para la disciplina. Así pues, esto contrajo la adopción de un nuevo paradigma que Martínez Cortés denomina modelo biológico-lesional de la enfermedad:

*El modelo biológico-lesional comenzó siendo anatómico. Después se enriqueció con el conocimiento fisiológico y ahora ha llegado a ser biomolecular. En otras palabras, en el siglo XVIII fue la anatomía la ciencia de que se echó mano para su construcción y explicación; ahora son la anatomía patológica, la fisiología y la biología molecular las más importantes disciplinas biológicas que lo respaldan (Martínez Cortés, 1983, p.3).*

Y continúa diciendo más abajo a propósito de Giovanni Battista Morgani quien en 1749 publicó su libro Si bien aún no se había dado lo que Laín Entralgo llama giro copernicano, movimiento que consistió en el desplazamiento del síntoma por la lesión anatomopatológica del centro definidor, denominador y clasificador de las enfermedades, el modelo biológico-lesional de enfermedad debe mucho a Morgani, porque éste situó a la enfermedad en determinado lugar del organismo humano y precisó que por la indagación anatómica era probable su descubrimiento (Ídem, p. 4).

La medicina como disciplina en aquel entonces tenía la preocupación de ser considerada como verdadera ciencia, esto

puede parecernos un poco extraño el día de hoy en pleno siglo XXI, sin embargo, ese fue un momento histórico diferente, en donde el auge de la ciencia como paradigma positivista a raíz de la Ilustración cobró gran fuerza y prácticamente funcionó como aplanadora ideológica en contra de cualquier otro tipo de pensamiento. Tanto es así, que aún hoy en día el materialismo científico sigue siendo un paradigma dominante y en tanto paradigma sólidamente instaurado en el imaginario científico y también en el colectivo, escapa la mayoría de las veces al radar de la consciencia (Morin, 1981).

Este modelo biológico-lesional de la enfermedad fue evolucionando con el paso del tiempo y la aparición de nuevas disciplinas como la fisiología y la biología molecular y tuvo puntos de definición a partir de autores como Laennec, Virchow, Bernard, etcétera.

Sin embargo, el propio Martínez Cortés nos dice:

*El ejercicio de la medicina basado en el modelo biológico-lesional de la enfermedad da lugar a dos hechos a veces de consecuencias negativas: la disociación o separación del paciente de la enfermedad que sufre y la centralización del interés y actos por parte del médico exclusivamente alrededor del diagnóstico y tratamiento de ésta (Martínez Cortés, 1983 p.8).*

Surgió más recientemente otro paradigma en el caso de la medicina, el modelo bio-psíquico y socio-cultural de la enfermedad; es un modelo que de entrada ya toma en cuenta una noción de la vida misma desde el punto de vista biológico, como algo que se constituye en un sistema complejo que se retroalimenta y a partir de ahí nos dice:

*En términos más claros, la enfermedad como la vida, es un problema que tiene su sede en macromoléculas con determinadas características morfológicas y funcionales. Pero, y esto es asunto que para nuestra concepción del ejercicio basado en la medicina desde el modelo bio-psíquico sociocultural de enfermedad, consideramos fundamental, la vida y la enfermedad del hombre no son únicamente problemas de macromoléculas; son acontecimientos personales, anímicos, íntimos, de la existencia de determinada persona, así como fenómenos con caracteres sociales y culturales (Ídem, P. 8).*

Siguiendo pues la línea de lo que antes había sido el modelo bio-lesional de la enfermedad y ahora trasladándolo a este nuevo modelo y siguiendo en ello a Freud, la interrogante que surge es:

*...en el hombre enfermo deberíamos buscar, además de la lesión biológica, orgánica o corporal, una "lesión" psíquica. ¿Es posible tal cosa? (ídem, p.11).*

Emergen entonces de este nuevo modelo dos dimensiones de la enfermedad:

*El modelo bio-psíquico y sociocultural de la enfermedad toma en cuenta lo que ésta es para la medicina científica, pero también lo que para el paciente es la enfermedad y el hecho de estar enfermo. Surgen así dos motivos de interés para el médico, donde antes solo había uno: la enfermedad según la nosología que él conoce y el (Ídem, p.11).*

Ahora tenemos pues con este modelo bio-psíquico sociocultural, una perspectiva médica que reconoce no solo la enfermedad



como un fenómeno de investigación científica, sino el padecimiento médico como un fenómeno de atención clínica que merece la atención del médico y que se sensibiliza ante las condiciones particulares y complejas del ser humano que padece la enfermedad.

Las consideraciones ahora son mucho más amplias, lo biológico y lo fisiológico, sigue teniendo un peso importante a efectos de explicar las características de la enfermedad desde una visión nosológica; pero lo psicológico tiene una preeminencia importante a partir del legado freudiano, a efectos de comprender la causalidad compleja, que de igual manera toma en cuenta una serie de factores de tipo social y cultural.

Lo interesante del estudio desde esta perspectiva, es que nos permite diferenciar por un lado lo que son los síntomas propios de la enfermedad y por el otro, el sufrimiento mucho más subjetivo -pero no por ello menos real- propio del padecimiento.

Resulta curioso percatarse de que en no pocas ocasiones el padecimiento acaba tomando mayor relevancia, o dicho de otra manera, acaba por ocasionar mayor sufrimiento que la enfermedad en sí.

Creo que si regresamos al tema de la distonía y la vemos desde esta perspectiva, podemos identificar con claridad todas estas cosas; desde las causalidades multifactoriales, hasta el padecimiento del proceso de recuperación, en donde muchas veces los fantasmas que rondan nuestra cabeza se constituyen en un obstáculo mayor que la propia reprogramación neurológica.

Me parece que definitivamente ese es mi caso; en realidad la posibilidad de la rehabilitación ha estado cercana siempre, desde el primer momento en que obtuve el diagnóstico con el doctor Rosset, hasta los diferentes puntos en los que he transitado con la doctora Sandra; ambos se mostraron optimistas en mis posibilidades de recuperación y se mostraron complacidos

ante los avances que fui haciendo a lo largo de los tratamientos. Los dos son especialistas muy reconocidos y con excelentes resultados en el tratamiento y rehabilitación de distonía de una cantidad muy importante de pacientes.

En realidad yo debí de haber superado la distonía hace muchos años si tomamos en cuenta los elementos que he tenido a mano para poder hacerlo y sin embargo, esto no ha sido así. Estoy cierto de que ello no tiene que ver con los especialistas que me han tratado, creo firmemente que son doctores muy capaces y que me dieron, cada uno en su momento y desde sus perspectivas, herramientas suficientes para superar el problema. En una entrevista que le hicieron al doctor Jaume en TVE, él comenta en algún momento que ellos no tienen todas las respuestas, que “si la solución está en algún lugar, ese lugar está dentro del propio músico” (Rosset, 2012), creo que efectivamente eso es así.

Entonces considero que tengo los elementos necesarios para superar la distonía cuando realmente así me lo proponga; ya antes me demostré que con la voluntad necesaria fui capaz de derrotar a la diabetes, que se suponía una enfermedad incurable, con mayor razón a la distonía que es un trastorno curable. Recuerdo que en alguna ocasión platicando con mi querido amigo Juan Carlos Aguilar sobre mis padecimientos médicos, le decía que acababa de ser diagnosticado de diabetes y que en realidad prefería mil veces ser diabético que distónico, sin embargo, eso resultó no ser estrictamente cierto, ya que con la distonía nunca tuve la misma resolución para curarme que con la diabetes y eso es porque yo sabía que la diabetes me acabaría matando tarde o temprano, mientras que la distonía únicamente me alejaba de la posibilidad de tocar la guitarra y ahí justamente está el meollo interesante de analizar.

## **Los niños que duermen indefinidamente ¿Qué hay detrás del padecimiento?**

En Suecia en el último par de décadas surgió un trastorno neuropsiquiátrico llamado el, resulta muy emblemático porque se trata de un padecimiento médico que emergió de manera reciente y que sorprendió a la comunidad médica por su desconocimiento anterior. Se trata de un fenómeno en el que niños y adolescentes, repentinamente entran en un desorden neurológico con características similares al estado de coma (Velasco, 2022).

Lo que resulta muy extraño de explicar es que este problema se focaliza de manera muy acentuada en Suecia, país que concentra la gran mayoría de los casos a nivel mundial. Este desorden neurológico se detona a partir de experiencias traumáticas vividas por niños en condición migrante. De manera llamativa la gran mayoría de los casos se origina a partir de un momento puntual en el que a la familia del niño migrante se le niega el permiso de residencia y por tanto existe un riesgo de deportación; ante esta situación al parecer estos niños experimentan una especie de depresión profunda que los lleva a dejar de comer y de moverse, hasta llegar al punto de ponerse totalmente catatónicos. Para mantenerlos vivos es necesario hacerles llegar el alimento por una sonda y esta condición puede durar meses e incluso años.

Al parecer, según los estudios que se han realizado para determinar las causas de este padecimiento, se han identificado algunos elementos persistentes en los más de mil casos que se han estudiado por parte de la comunidad médica. Uno de ellos se refiere a que estos niños en la gran mayoría de los casos suelen ser hermanos mayores o hijos únicos que tienen un rol de responsabilidad familiar respecto de los otros miembros de su familia; los médicos y especialistas que han estudiado este

fenómeno, parecen coincidir en que se trata de una especie de sacrificio familiar que realizan estos niños en favor de sus familias ante una situación de amenaza inminente.

Pareciera que se trata de un mecanismo de defensa extremadamente poderoso que se activa sobre todo en aquellos niños al presentarse la amenaza de regresar al escenario de esos hechos traumáticos en los que vivieron situaciones extremadamente dolorosas en su país de origen, por ejemplo, agresiones a veces vividas en carne propia o presenciadas de manera directa hacia algún miembro de su familia, como asesinatos, violaciones o situaciones de este tipo.

*Los estudios más extensos y serios sobre este síndrome son los llevados a cabo por el grupo de trabajo pediátrico del profesor Karl Sallin, del Hospital Universitario Karolinska en Suecia, que han propuesto explicar este fenómeno, luego de muchas discusiones, como un desorden neurológico funcional ( ) atado a y gatillado por una condición cultural y religiosa muy específica. En otras palabras, definen la condición como una forma de histeria de conversión, una condición muy antigua pero muy poco comprendida hoy, que se ha denominado recientemente FND, desencadenada por un grupo de factores psicológicos y sociales que han coincidido, como una tormenta perfecta, en estos enfermos (Fojo, 2014).*

Otra de las cosas curiosas que se han observado es que una parte importante de los niños que se han recuperado de este desorden, lo han hecho cuando la situación de amenaza de deportación desaparece y ellos pueden percibir un ambiente de mayor estabilidad familiar. Contado así pareciera cosa de chantaje voluntario por parte de los niños, sin embargo, está demostrado que ello no es así, incluso cuando estos niños no son atendidos adecuadamente pueden llegar a la muerte.

En Suecia esta enfermedad además de haber sido catalogada y considerada como una enfermedad endémica, ha propiciado cambios y medidas especiales en su marco legal migratorio. Se considera pues una enfermedad que tiene un origen psico-social.

¿En qué se relaciona esto con la distonía? Bueno, en mi opinión, guardadas las proporciones existen algunos elementos en común que podrían tomarse en cuenta: en primer lugar se trata de un mecanismo de defensa del cerebro ante una situación hostil; en el caso de la distonía los dedos simplemente se niegan a cooperar en una tarea relacionada con la práctica instrumental y eso es muy selectivo, por lo demás, los dedos operan con absoluta normalidad en lo referente a otro tipo de tareas. Es por esta razón que a primera vista pareciera un comportamiento caprichoso y mucho más volitivo de lo que en realidad es.

En el caso del también conocido como ( aunque por lo visto la primera acepción se corresponde de mejor manera con las características de esta enfermedad- el desorden neurológico aparece como reacción a un miedo extremo y como un mecanismo para no tener que enfrentar dicho miedo que supera la capacidad de manejo emocional por parte del paciente. Por su parte, en la distonía se ha estudiado poco este aspecto, pero en mi opinión existe un componente de miedo a enfrentar determinadas situaciones profesionales, que termina activando el detonador de la enfermedad a manera de mecanismo de defensa del cerebro ante una situación de estrés descontrolado.

En la medida en que este trastorno se empieza a estudiar más desde la perspectiva del padecimiento que de la enfermedad, podrá evidenciarse este aspecto de manera mucho más patente. Para ello es necesario que los especialistas en medicina del arte realicen investigaciones más apegadas a las causalidades complejas de tipo psicológico y multifactorial (Cirujeda & Pozo (2006); Lacarcel (2001); López de la Llave & Pérez-Llantada (2006) et el.) y desde el paradigma bio-psíquico y socio-cultural

(Martínez Cortés, 1983), a fin de poder focalizar de manera más precisa, en donde residen estos miedos que rondan en la cabeza de los músicos aquejados por la distonía.

### **El juego del miedo y la esperanza: el por qué de las resistencias**

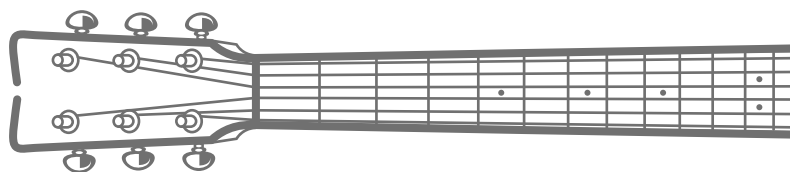
Ya en el capítulo anterior introduje este aspecto del miedo de manera sucinta y evidencí como éste puede hacernos actuar de manera bastante irracional, al punto de no reconocernos a nosotros mismos en nuestras acciones. En este punto pudiera enumerar algunos de los miedos que identifico que solemos experimentar cuando nos enfrentamos a un proceso de esta naturaleza.

Creo que el primer miedo es el de no estar a la altura de las improntas familiares y profesionales de las que hablé en el primer capítulo; me parece que ese es el miedo de origen que detona la enfermedad. El segundo miedo tiene que ver con la posibilidad de no volver a tocar tu instrumento, por lo menos no como solías hacerlo antes del trastorno. El tercer miedo tiene que ver con la posibilidad de rehabilitarte y tener que enfrentar aquel escenario que en su momento no fue favorable antes de la enfermedad, entonces sobreviene el miedo a curarte.

A partir de esto último surge la resistencia o las resistencias internas a sanar, de las que ya hablé en el capítulo tres, porque la aparición de la distonía en su momento ya fue un mecanismo de defensa ante un escenario que nos estaba rebasando, similar a los niños migrantes en Suecia. Y a partir de ahí, el ciclo se convierte en un círculo vicioso en donde empezamos a jugar el juego de la esperanza y el miedo; una parte de nosotros desarrolla una esperanza de la rehabilitación, pero este aspecto

siempre tiene su contraparte que es el miedo de que no se cumpla justamente esa esperanza; entonces el tamaño del miedo es directamente proporcional al tamaño de la esperanza. Esta es la compleja escena de la psicología humana, la cancha en donde se libran las batallas más feroces y despiadadas.

En el presente trabajo no se cuentan con las herramientas necesarias para deshacer este entramado con todo el rigor investigativo que debiera tener un especialista en medicina del arte, sin embargo, puede ser de utilidad la visión aquí presentada, ya que se intenta exponer con cierto detalle la idiosincrasia del músico profesional y se presentan algunos pasajes icónicos de la historia del padecimiento, contados en primera persona, tanto por mi parte como autor principal de este trabajo, como de parte de otros músicos que también comparten su experiencia un par de capítulos más adelante.





**CAPÍTULO VI**  
**VUELTA A LA PÁGINA**



## Vuelta a la Página

*Muchas veces nos aferramos por costumbre, por miedo, a algo que ya no sirve, que sabemos –con toda certeza- que ya no aporta valor, incluso vemos con claridad que está causando daño en nuestra vida, pero por costumbre y por miedo a lo desconocido, a explorar nuevo terreno, -algunas veces- nos conformamos con mediocridad, nos conformamos con subsistir, cuando nuestro potencial es realmente infinito.*

*Ven. Lama Rinchen Gyaltzen*

### Un intento desesperado

En 2022 estaba todavía cursando el Diplomado con Sandra cuando apareció una convocatoria que atrapó mi atención. Se trataba de un concurso para una plaza de concertista de Bellas Artes en el área de guitarra. Ésta era una ocasión muy excepcional, la última vez que se había ofertado una plaza de este tipo para el área de guitarra había sido treinta años antes y para la siguiente ocasión de esta naturaleza podrían pasar otros tantos.

Desde luego que esta convocatoria no llegó para mí en el mejor momento, pero la verdad es que a veces en la vida es necesario ir por la oportunidad cuando ésta se presenta y no siempre va a coincidir con el momento ideal que uno quisiera. Ser concertista es una de las improntas, o quizás mejor dicho

es la impronta por antonomasia que se nos inculca en nuestra formación como músicos clásicos. Esta impronta a la vez es más bien una utopía, en nuestro país nadie vive del concertismo, ni siquiera los concertistas de Bellas Artes lo hacen exclusivamente de ello.

Platiqué con algunos amigos cercanos por aquellas fechas compartiéndoles la convocatoria e invitándolos a participar, la mayoría de ellos ya la conocían y algunos más me agradecieron que les compartiera la información; hubo quienes desde el primer momento descartaron la posibilidad de participar porque ya tenían otros compromisos para esas fechas y les venía muy incómoda la convocatoria. Hubo también quienes tuvieron toda la intención de participar pero al final el tiempo no les alcanzó para redondear la preparación, incluso hubo quienes por razones de salud ya no pudieron asistir en el último momento; todos ellos grandes guitarristas que pudieron haber tenido los méritos más que suficientes para participar en una convocatoria de esa naturaleza.

Quizás en tu vida profesional se vaya a presentar una sola vez la oportunidad de convertir esa utopía en una realidad y ésta era esa ocasión para mí y para muchos otros guitarristas de mi generación y de generaciones anteriores y posteriores a la mía en México. Había que tomarla, por lo menos así lo entendí yo, era el momento de intentar un objetivo por el que me había formado tanto tiempo, y del cual me había alejado también durante tanto tiempo. Como parte de los requisitos de la convocatoria, se nos pidió que redactáramos una carta de exposición de motivos para participar en dicho concurso, misma que comparto a continuación:

Estimados miembros de la Comisión Artística del INBA:

Asunto: Carta de exposición de motivos para ingresar  
al Grupo de Concertistas de Bellas Artes

Comencé a tocar la guitarra en el ya lejano año de 1986, cuando contaba con 11 años de edad, en aquel entonces mi motivación para cruzar tres rancherías en bicicleta con mi guitarra al hombro era poder arrancar tres acordes a mi guitarra para compartir la fascinación por la música que ya desde entonces me producían los discos en la casa familiar, en particular, los de Ayahualpa Yupanqui cuyo timbre y vibrato cautivaban mi espíritu tierno de niño. Mi aspiración como estudiante novel de guitarra era poder tocar algún día las mismas fibras en otras personas que Atahualpa movía en mí; hoy, treinta y cinco años después, mi aspiración sigue intacta.

Los años han pasado, la vida nos ha endurecido con sus avatares y ahora la lucha es recuperar esa ternura infantil en el corazón curtido, agazapado, receloso... Pero la vida es un ciclo que siempre se renueva y cuando veo a mi hijo pequeño despertar ante sus primeros estímulos musicales comprendo que la música es una herramienta poderosa y yo llevo toda mi vida consagrado a ella, mis dos hijas mayores, ya adultas jóvenes ahora, eligieron también el camino de la música y eso les ha dotado de sentido y de satisfacciones que me hacen sentir orgulloso y confiado en que dichos logros se incrementarán con el tiempo. Muchos años desde la ardua formación del concertista, muchos años más desde el aula docente, y algunos cuantos más desde las trincheras del investigador, pero siempre rotando alrededor de la música, observándola desde distintos ángulos, inaprehensible para las palabras,

inefable en última instancia, pero siempre accesible para el corazón.

Amar la música como escucha es fácil y natural para cualquiera, pero amarla con tal pasión como para dedicarse profesionalmente a ella ya implica la renuncia y la entrega total, la renuncia a veces a la niñez, a la juventud, a las comodidades, a la familia, al terruño, a la salud, a la propia identidad, a todo lo que haya que renunciar para seguirle el paso a las demandas de la formación y el ejercicio profesional.

Pero a pesar de los estragos, la música sigue ahí, incrustada de modo irremediable y en realidad no tiene la culpa de nuestra insensatez; cuantas veces la locura tuvo mucho menos que ver con la música que con las cosas que la rodean; la música es como una flor rodeada de espinas que la protegen, y generalmente nos quedamos atrapados en esas espinas y terminamos por olvidarnos de la propia flor.

Hoy toca emprender el camino de vuelta, la música ya me llevó a todos lados, ya abandoné el paraíso de La Paz con catorce años para estudiar en el Conservatorio Nacional, ya abandoné mi país y mi familia con diecisiete años para estudiar con Pepe Tomás en Alicante, quien fuera discípulo y heredero directo del legendario Andrés Segovia; ya abandoné por segunda vez mi tierra para estudiar en Viena con Álvaro Pierri, sin lugar a dudas, uno de los guitarristas más importantes en el panorama internacional en la actualidad, con los dedos congelados a catorce grados bajo cero y el estuche abierto para la cosecha de los chelines del almuerzo. Ya dejé por tercera ocasión la patria y estuve dispuesto a saltar del bote sin salvavidas para perseguir la sanación de una enfermedad incomprendida en aquel tiempo (la distonía), regresé de éste último

viaje con títulos académicos pero la sanación, comprendí después, no se encuentra en España como yo creí, se encuentra dentro de uno mismo. He enfrentado dificultades en el camino, dificultades que incluso han afectado de manera importante mi ejercicio profesional, pero éstas me han servido para crecer y aprender y hoy me siento orgulloso de haberlas podido superar.

Pero decía, la música ya me llevo a todos lados, en ese ir y venir he sufrido como un loco y he gozado como un enano, hoy toca emprender el camino de vuelta, el de la salud, el del amor, el de la sabiduría, eso intento cada día. Hoy gozo de los privilegios que me ha dado la música, pero el mayor privilegio es el de dedicarme a lo que me apasiona y que además me paguen por ello. En realidad no me mueve el imperativo económico, no es mi caso en este momento de mi vida, lo que me entusiasma es la posibilidad de poder compartir esa pasión con otras personas y pagaría por ello.

El acercamiento a la música desde el terreno de la investigación me ha ayudado a comprenderla desde una perspectiva más profunda, no solo en su forma, sino sobre todo en su sentido. Esto me abrió las puertas a uno de los honores más grandes que he recibido en mi carrera como lo representó el ingresar al Sistema Nacional de Investigadores de CONACYT (SNI Nivel I).

Además de la música, la otra gran vocación heredada por parte de mis dos familias es la docencia; cotidianamente me levanto de la cama para atender a mis alumnos; ahora me sorprendo de que sin darme cuenta ya pasaron veinte y seis años desde la primera vez que comencé a dar clases en la universidad y esta actividad no únicamente me ha dado de comer todos estos años, sino que me ha dado la satisfacción de servir a los demás y de aprender más de lo

que he enseñado. He tenido la oportunidad de acompañar a mis alumnos en la obtención más de cuarenta premios en concursos nacionales de guitarra.

En cuanto al repertorio que yo estaría proponiendo en caso de resultar beneficiado con la plaza de concertista, creo que es importante hacer el repertorio convencional, desde el periodo renacentista con la obra compuesta sobre todo por los vihuelistas españoles y por los laudistas ingleses, pasando por la música barroca original para el laúd y también para la guitarra barroca, muy destacadamente las cuatro suites para laúd de Bach y las tres sonatas y tres partitas del mismo compositor, repertorio que conozco y he tocado a lo largo de mi trayectoria. De la misma manera el repertorio del periodo Clásico-Romántico y del periodo nacionalista, con especial énfasis en los nacionalismos español y latinoamericano. De igual manera especialmente importante en mi repertorio es la obra del compositor mexicano Manuel M. Ponce, de quien he tocado toda su obra para guitarra tanto solista como de música de cámara. Desde luego, la música contemporánea de la segunda mitad del siglo XX a la fecha, de compositores tan representativos como Frank Martin, Hans Werner Henze, William Walton, Maurice Ohana, Jacques Hétu, Egberto Gismonti, Leo Brouwer, Alberto Ginastera etcétera. Repertorio que me ha acompañado desde siempre. De especial trascendencia considero la oportunidad de retomar a compositores mexicanos importantes que han escrito obras para guitarra que no son muy tocadas, gente tan importante como Mario Lavista, Armando Luna, Hebert Vázquez, Emil Awad, Federico Ibarra, Jorge Ritter entre muchos otros y desde luego no dejar de lado la pertinencia de seguir generando repertorio nuevo para el instrumento por medio de la comisión de obras a compositores actuales, circunstancia que hemos impulsado de manera permanente a través del ensamble Kanari.



Así pues, como se ve en realidad mi propuesta no es tan específica, por el contrario es muy abarcante en el sentido del repertorio, prácticamente incluye todo el tipo de repertorio posible en la guitarra moderna. Una de las consideraciones que haría es que muchas veces el repertorio que se interpreta en la guitarra se limita a unas cuantas obras que tocamos la mayoría de los guitarristas, en dependencia de las modas del momento y en ese mismo sentido solemos dejar en el abandono otros repertorios importantes que no coinciden con las tendencias del momento.

Una convocatoria como esta, es sin duda, un evento extraordinario, pasaron treinta y un años después de la última vez y no sabemos cuantos más pasarán antes de la siguiente, por ello pienso que es importante participar en la que probablemente para muchos de nosotros será nuestra única oportunidad en la vida de acceder a un espacio de esas características y solo por ello merece la pena participar.

Una de las motivaciones que me impulsan a participar en esta convocatoria, tiene que ver con mi labor docente, el próximo año esta labor se extenderá al ámbito del posgrado, en donde tendré la oportunidad de ejercer la docencia a nivel maestría y doctorado en el área de interpretación, esto a raíz del lanzamiento de nuestro programa de Maestría-Doctorado en Música de la Universidad Autónoma de Zacatecas, programa que hemos venido impulsando desde hace algunos años y que contará con un núcleo académico muy consolidado integrado por veinte doctores; este programa es sin duda una propuesta educativa muy ambiciosa y que beneficiará a una gran cantidad de músicos en el país. Para el área de interpretación estamos considerados seis integrantes del núcleo académico y se tiene contemplado que yo atenderé en la disciplina de

guitarra. Esto representa para mí un aliciente y al mismo tiempo una responsabilidad de ostentar un alto nivel interpretativo, es por ello que siento casi la obligación moral de participar en esta convocatoria, sabedor de que en caso de acceder a esa plaza eso abonaría de manera importante al prestigio nuestro programa académico, que ya cuenta en este momento con un integrante miembro del grupo de concertista de Bellas Artes.

Por eso, para mí el ingresar al grupo de concertistas de Bellas Artes, además de que sería un honor por lo que representa esta institución en nuestro país, sobre todo, sería la oportunidad de retomar una actividad concertística largamente aplazada. Si es a mí a quien le tocara ocupar esa vacante, lo haría con la misma pasión y compromiso con los que he enfrentado siempre cada reto de mi vida y porque ello pondría las causas y condiciones para que yo pudiera encaminar mis pasos en esa dirección, por mi parte seguiré aspirando a tocar fibras profundas con mi música.

Aprovecho la oportunidad para enviarles un saludo afectuoso y mis mejores deseos.

*Julio César Jiménez Moreno*  
*Zacatecas, Zacatecas a 29 de junio de 2022*

La convocatoria salió con dos meses de anticipación y se estaba pidiendo un repertorio muy extenso: El Concierto del Sur de Ponce, La Sonata de Ginastera, Una Sonatina para flauta y guitarra de Castelnuovo Tedesco, y de manera adicional al rededor de media hora de repertorio libre, en total más de hora y media de música de repertorio de alto nivel de complejidad técnico y musical.

Montar ese repertorio en ese lapso, implicaba para cualquiera cancelar definitivamente cualquier otro plan y avocarse exclusivamente a trabajar de manera intensa para lograr tenerlo todo a punto para un concurso de esa naturaleza, en el cual se preveía que habrían de participar varios de los guitarristas más importantes de México.

Así pues, me dispuse a hacer lo propio, cancelar vacaciones familiares, negociar con la familia disponibilidad horaria para estudiar de ocho a diez horas diarias, apartar presupuesto para contratar músicos que habrían de acompañarme a la ciudad de México para interpretar el repertorio obligado, ensayos con esos músicos en ciudades vecinas, tramitar la cartilla militar que ya había liberado en su momento a los dieciocho años por parte del consulado mexicano en Barcelona por ser estudiante internacional en el momento en el que me hubiera tocado “marchar”, pero que había extraviado. Ahora me tocaría hacer dos viajes a ciudad de México expresamente para realizar dicho trámite, incluido corte de pelo militar, sin barba y sin patillas, examen de COVID un día antes de la audición, etcétera.

Llegó el día de la audición una noche antes había estado acabando de memorizar el repertorio a las tres de la mañana. Esa mañana cruzaba la Alameda Central de la ciudad de México, encaminando mis pasos hacia el Palacio de Bellas Artes cuando llegó un mensaje a mi WhatsApp, era Sandra Romo.

Sandra me dijo que no había tenido noticias mías últimamente y me preguntó si era mi intención continuar con el

tratamiento; yo le respondí que sí, le dije que ese par de meses había estado muy absorto preparando una audición en Bellas Artes, pero que justamente en ese momento me dirigía a la sala para tocar y que en próximos días me pondría en contacto con ella para retomar el tratamiento y el Diplomado. Ella me deseó la mejor de las suertes y me dijo que esperaba mi comunicación posterior; acto seguido ya estaba en las puertas del Palacio de Bellas Artes.

Yo tenía miedo de que la distonía me fuera a traicionar una vez más en el momento de la audición, como ya había sucedido en ocasiones anteriores. En el momento del calentamiento tuve la oportunidad de saludar a un querido amigo de mi generación, Manuel Espinás, gran guitarrista cubano asentado en México desde hace muchos años, que dejaba la sala de calentamiento para ir a la sala de la audición, nos dimos un abrazo y nos deseamos suerte mutuamente.

En el momento de la audición las manos respondieron bien, fue un momento que disfruté y en el que pude lograr el arrojito musical que pretendía, lamentablemente ese momento duró poco porque solo me dejaron tocar un pedazo del primer movimiento del concierto (hasta antes de la cadencia), el segundo y cuarto movimiento de Ginastera y el último movimiento de Tedesco y nada de repertorio libre; así me lo hicieron saber desde antes de subir al escenario, al parecer ya era el último de la mañana y los jurados –entre los que no había ningún guitarrista– tenían cierta prisa por irse a comer.

Yo en ese par de meses de preparación me había hecho la pregunta de qué pasaría si ganaba el concurso, era una plaza de tiempo completo para dedicarse al concertismo y pensaba que difícilmente podría ser compatible con mi plaza de tiempo completo en la universidad, a menos que estuviera dispuesto a sacrificar demasiado mi vida familiar, lo cual no entraba en mis planes; así que pensé que si llegara a ganar esa plaza para ser

concertista, seguramente renunciaría a la universidad a pesar de que ello me representaría dejar de percibir el doble de ingresos de los que significaba la plaza del INBA.

Eso no fue necesario, la plaza la ganó otro querido amigo muy talentoso, quien había ganado el primer lugar en aquel concurso en el que Alejandro Córdova y yo empatamos en segundo; me refiero a Daniel Olmos, guitarrista unos diez años más joven que yo, al que admiro muchísimo por su musicalidad innata y por una escuela del sonido que compartimos. Realmente me alegro muchísimo de que él haya obtenido esa plaza de manera merecidísima.

### **Un ajedrecista hablando sobre un guitarrista**

Acabo hace unos días de estar en Aguascalientes en un torneo de ajedrez; mi hijo Fabio Kairós de siete años comenzó a ver videos de un ajedrecista español que se llama Rey Enigma, este ajedrecista creó un personaje que lleva un disfraz de pies a cabeza con un tablero de ajedrez, su identidad es secreta y cual gladiador de lucha libre está dispuesto a revelar su identidad el día que alguien logre ganarle una partida -cosa que no logró ni siquiera el gran Anatoly Karpov-; es una versión moderna y más inteligente del mito del Santo, el enmascarado de plata.

Fabio ha desarrollado un gran gusto por este juego y eso le llevó a integrarse al equipo de ajedrez de su escuela; la verdad es que en pocos meses ha subido su nivel de juego de manera impresionante, al principio yo jugaba con él y lo dejaba que me ganara de cuando en cuando, hasta que un día me ganó por sí mismo; luego lo empezó a hacer de manera más frecuente y últimamente ya es raro que yo logre ganarle, mi nivel de ajedrez es respetable, arriba del promedio, pero mi hijo de siete años ya

me superó y en la página de chess.com él es capaz de ganarle a boots de 1200.

El caso es que cuando nos enteramos que Rey Enigma estaría en el torneo de Aguascalientes nos programamos para que Fabio pudiera conocer a su ídolo; lo sorprendente es que no fuimos los únicos, tuvimos que hacer una cola de tres horas para obtener el autógrafo de Rey Enigma con una cola de más de dos mil personas que habían ido de diferentes partes del país para conocerlo, muchos niños entre ellos. Sin duda, creo que debe de ser el único ajedrecista que es capaz de convocar masivamente a niños y adultos en torno al ajedrez.

Ya estando en el torneo tuvimos la oportunidad de entrar a una conferencia de otro gran maestro ajedrecista mexicano, quien además al término de dicha conferencia disputaría una partida de exhibición contra el Rey Enigma. El ajedrecista mexicano se le conoce con el sobrenombre de “La Morsa”. En algún momento de la conferencia mientras “La Morsa” nos hablaba sobre la importancia que tiene la disciplina para llegar a desarrollar un gran nivel de juego y a la vez sobre el amor que es necesario tener hacia el juego para que ese sea el combustible motivacional detrás de esa disciplina; para ejemplificar esto nos habló sobre su papá y dijo que había sido un guitarrista clásico que toda la vida había dedicado horas enteras todos los días a tocar su instrumento y que incluso los últimos diez años de su vida, ya retirado del concertismo público lo seguía haciendo religiosamente.

Nos dijo que ya hubo un momento en que su condición de salud los obligó como familia a hospitalizarlo durante algún tiempo y cuando finalmente lo dieron de alta lo primero que hizo fue tomar su guitarra para una última sesión de estudio, solo para regresar al hospital y fallecer al día siguiente con 89 años de edad. El nombre real de “La Morsa” es Manuel López por lo que yo deduje que su papá era Manuel López Ramos, lo

cual él mismo me confirmó cuando nos acercamos a pedirle su autógrafa e incluso jugó una pequeña partida con Fabio, a quien derrotó en tres minutos contabilizados por el reloj de ajedrez. Yo pensé en ese momento que mi guitarra ha estado guardada durante más de quince años la gran mayoría del tiempo y supe que mi amor por la guitarra, distaba mucho de aquel amor que le profesara el gran maestro López Ramos.

Recuerdo que cuando Fabio tenía poco tiempo de haber nacido, José, mi papá, lo vino a visitar un día a Zacatecas y le trajo muchos regalos de su parte y de parte de la familia; luego se fue a Aguascalientes a participar en ese mismo torneo de ajedrez al que fuimos hace unos días. Pienso en lo curioso que son las cosas que por alguna razón terminan coincidiendo en algún punto del destino de la manera más fortuita; seguramente el abuelo, que falleció hace año y medio, estaría muy orgulloso de su nieto.

### **¿Volver a la cima?**

Maciej Berbeka, alpinista polaco, escaló en 1988 por primera vez la cima del , también conocida como , una de las diecisiete montañas que superan los ocho mil metros, enclavada en la cordillera de los Himalayas en la frontera entre Pakistán, China e India. Esta hazaña tuvo lugar en medio de las situaciones más adversas imaginables; fue un ascenso en modalidad alpina, es decir, sin la ayuda de tanques de oxígeno, equipamiento extraordinario, y ni siquiera con la ayuda de un sherpa, que son montañistas originarios de la región de los Himalayas, que usualmente acompañan y guían a los montañistas europeos, aunque generalmente no se les reconoce a ellos ningún mérito.

Maciej subió acompañado únicamente de otro compañero polaco de expedición, que emprendió junto con él esta aventura

de manera no planificada con anterioridad, sino como una escisión de una expedición que originalmente pretendía subir al K2, nombre con el que se conoce a la montaña que está considerada como la más peligrosa de escalar en el mundo.

Se trataba además de un ascenso en periodo invernal, lo cual complicaba de manera exponencial el reto; finalmente, después de muchas adversidades en el camino provocadas por el mal tiempo y las fuertes tormentas, Maciej llegó a la cima él solo, luego de que su compañero hubiera declinado la idea de seguir adelante. Las condiciones de ese tipo de alpinismo extremo suponen que quien está dispuesto a asumir un reto como ese, esté también dispuesto a exponerse a un alto riesgo de morir en el intento; baste decir que por ejemplo en la montaña K2 uno de cada tres personas que intentan alcanzar la cima, termina falleciendo antes de descender.

Maciej estuvo a punto de morir; llegó hasta arriba forzando la máquina y contra todas las indicaciones que recibió desde la base de la expedición en el sentido de abandonar la misión y regresar inmediatamente. Sobrevivió durante cuarenta y ocho horas en un refugio que construyó en el hielo a ocho mil metros de altura, en condiciones en las que la falta de oxígeno representa un riesgo de daño cerebral irreversible. Finalmente fue rescatado intentando el descenso y llevado de urgencia al hospital en un helicóptero para garantizar su supervivencia.

Cuando regresó a Polonia fue recibido como un héroe nacional, le otorgaron medallas y reconocimientos y durante algún tiempo gozó de la fama y la admiración social y familiar; hasta que unos meses después, uno de los compañeros de su expedición escribió un artículo en donde desmintió la versión de que Maciej hubiera llegado a la cima. Al parecer, en realidad se quedó a diecisiete metros y él no se enteró en su momento; sin embargo, los miembros de la expedición original que finalmente terminaron rescatándolo, siempre supieron que en realidad no llegó a la



cima, le faltaron unos cuantos metros, pero dadas las condiciones tan adversas del clima y la delicada condición de salud de Maciej al momento de arribar a la pre-cima, se lo ocultaron para tratar de salvar su vida impidiendo que se empeñara en completar los diecisiete metros que le faltaban, que le hubieran significado una hora más de ascenso y muy probablemente su vida. Maciej se enteró del hecho cuando leyó el artículo de su compañero.

El desmentido de la noticia provocó que el reconocimiento social que Maciej había tenido fuera desapareciendo rápidamente; los siguientes veinticinco años tuvo que conformarse con el estigma de que su historia había sido un fraude y él mismo compró esa idea y se asumió de esa manera. En 2013, dos décadas y media después, fue contactado nuevamente por su antiguo compañero, el mismo que había escrito el artículo con el desmentido y que en esta ocasión lo invitaba a subir nuevamente a la cima del que seguía inaccesible hasta ese momento, esta vez con una nueva expedición conformada por alpinistas jóvenes a quienes Maciej debía guiar.

Al principio declinó la invitación pero terminó aceptándola y finalmente esta nueva expedición logró conquistar la cima incluido el propio Maciej que terminó llegando ya con una edad avanzada y tras un esfuerzo sobrehumano. Ya estando en la cima, mientras reporta a la base de su expedición que lo ha logrado, puede contemplar la cima del mundo a ocho mil cincuenta y ocho metros de altura, incluyendo los diecisiete que le habían faltado la vez anterior; por fin había completado el gran logro de su vida, que en realidad había sido un capítulo que lo había marcado de manera negativa durante veinticinco años. En el descenso de la montaña Maciej y Tomasz Kowalski, otro de los miembros de su expedición, desaparecieron y fueron reportados muertos después de tres días de búsqueda.

Cuento esta historia para intentar una analogía. Los diecisiete metros que le faltaron Maciej en su primer ascenso me hacen

recordar a la diferencia de cinco puntos de metrónomo que me comentaba mi amigo Juan Carlos Aguilar que existía entre los guitarristas que ganan los concursos y los que no lo hacen. A veces, es más fácil identificar lo ridículas que son las situaciones cuando las vemos desde fuera, por ello, creo que esta analogía puede sernos de utilidad para reflexionar algunas cosas.

¿El mérito de Maciej era menor en el primer ascenso por no haber conseguido los últimos diecisiete metros, teniendo en cuenta que ya había hecho ocho mil cuarenta y un metros? ¿Era justificado que hubiera perdido el reconocimiento social por ese motivo? ¿Es razonable que él mismo no se hubiera perdonado por ello y que se hubiera vivido a sí mismo como un fraude durante tantos años? ¿Qué le pesó más, el hecho en sí de no haber llegado a la cima o el peso social que eso significó? Que cada quien se responda estas preguntas según crea.

El propio Maciej en diferentes ocasiones mencionó que no era una situación disfrutable en ningún sentido escalar una montaña de esa naturaleza, que las condiciones extremas que ello implicaba representaban no solo un riesgo enorme, sino un gran sufrimiento; al ser cuestionado por un reportero antes de su segundo ascenso si él vivía esa oportunidad como un reto que lo motivara o como una revancha; el contestó al reportero ¿Crees que de verdad tengo ganas de subir ahí, pasar todo tipo de penalidades y arriesgar la vida? Y sin embargo, lo hizo, había una impronta que lo obligaba a hacerlo y lo logró aunque le costó la vida. Pienso que como nos invitaba Sandra Romo, vale mucho la pena detenernos a analizar la motivación que está detrás de nuestros actos.

## La última y nos vamos: hay vida después de la guitarra

Hoy me encuentro en un momento de mi vida en el que he tomado la decisión de dejar la guitarra definitivamente. A la guitarra le debo mucho, he conocido el mundo gracias a ella, he amado y he sido amado gracias a ella, he podido alimentar a mi familia gracias a ella, he llorado en su lomo y he reído con su boca; me ha regalado una identidad durante cuarenta años y hoy quiero agradecerle por todo ello y soltarla, dejarla ir y abrazar una nueva vida.

Antes de eso tengo pendiente grabar un último disco que he estado preparando desde hace algunos años; quería grabarlo cuando ya estuviera totalmente recuperado de la distonía, pero la guarida de la enfermedad resultó siempre un lugar en que el me sentí más seguro. Lo grabaré igualmente como un acto de despedida, lo haré con una guitarra romántica que construyó mi querida comadre Vero Ayala, es un instrumento que me hace sentir mejor persona cuando lo toco; un instrumento que ella construyó para mí, sin que lo supiéramos ni ella ni yo.

Hablando del padecimiento, uno de los fenómenos que a veces se dan, es la identificación del paciente con la enfermedad; creo que eso me pasó a mí durante muchos años; necesito soltar esa identidad, no solo la del guitarrista, sino la del guitarrista distónico; ambas han estado tatuadas a mi piel; hoy quiero ir más abajo, a la zona subcutánea y explorar más hondo; necesito mudar de piel y reinventarme con más verdad. Esta no es una piel que se me caiga sola, es una que arranco y abajo hay sangre y vísceras.

Quiero dejar de padecer; siempre pensé que eso sucedería cuando superara la distonía; en ese momento escribiría este libro para presentar un testimonio de éxito que fuera inspirador para otros; eso es posible, de hecho en el siguiente capítulo

el lector podrá constatarlo a través de testimonios que otros compañeros nos compartirán y que efectivamente son muy inspiradores; sin embargo, mi desenlace es distinto; no es una historia de fracaso, no es la derrota frente a la distonía; es más bien un giro de la historia hacia otro rumbo en el cual la distonía ya no tiene cabida en mi vida.

En múltiples ocasiones pensé que podría darle la vuelta a la distonía, dándole la vuelta a las cuerdas; yo soy zurdo y mi primer impulso con la guitarra fue tocar como zurdo; la primera maestra que tuve me cambió las cuerdas y me dijo que me recomendaba tocar como diestro, pues de lo contrario batallaría mucho en la vida al no poder tocar de la manera en que lo hacen los demás. Pensé entonces que si reaprendía a tocar la guitarra con las cuerdas al revés, es decir, como zurdo, seguramente la distonía desaparecería y creo que después de tantos años me hubiera salido más rápida y más fácil esa solución. Lo cierto, es que en todos estos años con distonía yo mismo he enseñado a tocar a otros desde cero y han llegado a dominar el instrumento con maestría en pocos años. La verdad es que en todos estos años podría haber empezado desde cero cuatro veces y haber llegado al mismo punto sin mayor problema.

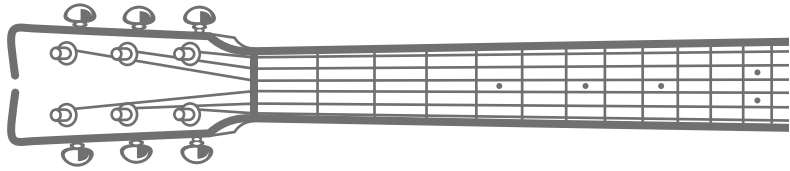
El mejor ejemplo de esto lo tengo en uno de mis maestros, el legendario José Tomás; justo cuando me tocó tomar clases con él, sufrió una embolia que lo dejó paralizado y tuvo que reaprender a tocar la guitarra desde cero, cosa que logró en un año a los sesenta y cinco de edad; ahí tuve el ejemplo de una mente portentosa que es capaz de lograr lo que se proponga con la suficiente pasión para ello.

En mi caso no es un tema de falta de pasión; eso fue lo que siempre me sobró, en realidad la guitarra para mi siempre fue un ejercicio tan pasional que nunca pude sujetarme a una manera de hacer música que fuera calculadora; por el contrario, muchas veces en contra de mi propia conveniencia, simplemente nunca

pude negar mi propio instinto musical, arrebatado y pasional por naturaleza, como la de un caballo salvaje.

Estoy convencido de que hay vida después de la guitarra; ya he tenido la posibilidad de experimentar otras potencialidades en mí y creo que puedo aportar desde otras trincheras, sin drama y con la misma pasión de siempre. Hace un par de años tuve oportunidad de reencontrarme con dos grandes maestros de la guitarra en México, Federico Bañuelos y Margarita Castañón; ellos después de haber sido guitarristas con una carrera muy exitosa dentro del concertismo, por algún motivo que desconozco decidieron ambos alejarse de la guitarra y reinventarse completamente; los vi plenos a ambos, sin conflictos con su pasado; ella se dedica a la educación y él creo que a subir montañas entre otras cosas; realmente los admiro por esa libertad ganada. La música sigue siendo en mi opinión, la expresión más cercana a la naturaleza divina que jamás haya creado el hombre (Blacking, 1973/2006); seguramente seguiré vinculado a ella en muchas otras formas.

Pude haber tocado como zurdo; me pude haber rehabilitado para seguir tocando como diestro sin mayor problema; la cuestión es que el mayor obstáculo nunca fue la distonía, ella solo fue un síntoma, el problema es más profundo, las causas del sufrimiento las estoy comprendiendo y las voy a superar.



**CAPÍTULO VII**  
**CASOS DE**  
**DISTONÍA:**

**DIFERENTES HISTORIAS, DIFERENTES  
INTERPRETACIONES Y DIFERENTES MOMENTOS.**

**Continuando con la auto-etnografía  
desde otros actores**





## **Casos de distonía: diferentes historias, diferentes interpretaciones y diferentes momentos. Continuando con la auto-etnografía desde otros actores**

*De nuevo, para que lo entiendas,  
piensa en qué cosas tan diferentes estás atendiendo  
cuando tienes ansiedad en una interpretación,  
frente a cuando tocas de manera relajada y disfrutando.*

*Guillermo Dalia Cirujeda*

En este capítulo presentaré una serie de entrevistas a cuatro guitarristas que han sido diagnosticados con distonía focal y quienes nos cuentan sobre su proceso de rehabilitación. El objetivo de esta serie de entrevistas es acercarse a la experiencia de otros guitarristas que hayan padecido el trastorno de distonía focal en nuestro país y que ellos mismos puedan compartirnos su propia experiencia, así como las lecturas que hacen sobre su propio caso en lo particular y de la distonía en lo general. El propósito es co-construir ese conocimiento clínico experiencial sobre el padecimiento de la distonía desde la perspectiva de la primera persona, es decir, de quienes la hemos padecido.

En cada caso el procedimiento de la entrevista fue un poco distinto, en un primer momento se diseñó un instrumento de cuestionario estandarizado para la entrevista de los cuatro participantes, mismo que habrían de responder de manera escrita y así lo hicieron algunos de ellos, sin embargo, nos percatamos de que ese formato era un poco rígido y no explotaba todo el potencial narrativo que los distintos participantes podían desarrollar; de ello me percaté cuando José Miguel Suárez me regresó su cuestionario, pero además me compartió un texto testimonial que había escrito anteriormente y que se encuentra alojado en la página de Casa Senit. Pude percibir con claridad que en dicho texto había un ejercicio más rico del que habíamos logrado con el cuestionario que les envié originalmente, entonces solicité el permiso a José Miguel para incluir el texto de Casa Senit en lugar del cuestionario que resultaba bastante más escueto.

Lo mismo sucedió con Juan Carlos Aguilar quien fue el segundo en regresarme el cuestionario, entonces hablamos de la posibilidad de que él pudiera desarrollar un texto en términos más narrativos y así lo hizo, en esta ocasión de manera explícita para incluirlo en este trabajo. En el caso de Mario García Hurtado y de Juan Carlos Laguna optamos por realizar una entrevista directa por medio de video llamada que tuvo la característica de una entrevista semi-estructurada y que posteriormente yo transcribí a texto.

A continuación presento esos cuatro textos, por orden cronológico en el diagnóstico de la distonía, los cuales a mi parecer ofrecen elementos muy interesantes para identificar elementos en común entre las diferentes narrativas, así como elementos muy particulares de cada uno, que nos permiten apreciar la complejidad psicológica que implica la distonía cuando se estudia de manera personalizada, desde una perspectiva subjetiva.

Agradezco enormemente a cada uno de ellos su disposición para colaborar en este proyecto.

## Testimonial de José Miguel Suárez

Hola gracias por leer estas líneas que con mucho agrado comparto con ustedes, espero que de alguna manera pueda ayudar a confortar, tranquilizar, concientizar y por qué no, acompañar a aquellos hermanos músicos que padecen distonía focal; que sepan que hay recuperación, que si les ocurrió es porque será una experiencia que les permitirá mejorar como intérpretes, como músicos y sobre todo como personas con mayor calidad humana.

Iniciaba el año 2009 con muchas emociones; el nacimiento de mi primera hija, una gira de conciertos por Europa, era la segunda vez que viajaba al viejo continente a realizar conciertos, en esta ocasión iniciaría en el Festival Guitarras del Mundo en Suiza, posteriormente en varias ciudades de Italia y España, a la par cursaba el penúltimo año en el Conservatorio de Música del Estado de México en la ciudad de Toluca. Para ser sincero era una excesiva carga no sólo de trabajo, también emocional, pero por otro lado, me sentía feliz y satisfecho, tenía una gran motivación de seguir emprendiendo proyectos y de tocar conciertos, todo lo tenía a mi favor, había organizado el año anterior un festival de guitarra en mi querida ciudad Ixtlahuaca con todo el apoyo de la ahora Universidad de Ixtlahuaca CUI.

Recuerdo muy bien que durante esa gira recibí un correo de mi gran amigo Jorge Castañeda, excelente guitarrista peruano que había conocido en Holanda poco más de un año atrás, y con el que entablamos una gran amistad a pesar de haber compartido solo unos días. En el correo me contaba sobre una recomendación que él había hecho de mi trabajo para que yo fuera invitado a participar en un festival de guitarra en Polonia, me dio el correo para ponerme en contacto con la organizadora de dicho festival. Para sorpresa mía, la participación en el

festival consistiría en tocar un concierto para guitarra y orquesta, cosa que nunca había hecho, además era para noviembre, tenía menos de un año para prepararme, pero bueno había que tocar y prepararme, ya que la invitación y la oportunidad estaban presentes.

Hice varias propuestas sobre conciertos a la señora Dorota (la organizadora), y acordamos que tocaría el bellissimo Concierto Antillano del maestro Cordero, bueno, pues manos a la obra, por suerte y coincidencia ese semestre me tocaba presentar un concierto para guitarra y orquesta en el conservatorio; me di a la tarea de conseguir las partituras, estudiar, revisar, contacté al maestro Cordero que muy amablemente me respondió y me orientó sobre la compra del score y como rentar las partes de la orquesta. Pasaron los meses, pasé al último año de la carrera en el conservatorio, hice varios conciertos, concursos. Participé en el concurso, vía internet, en el cual solamente se tocaba música de Agustín Barrios Mangoré, el cual implicaba montar varias obras en poco tiempo para grabarlas y subirlas a YouTube. En fin, no paraba de estudiar, recuerdo que en algún momento resentí un poco el cansancio tanto físico como mental, pero debía seguir, ya que tenía que ir a tocar con orquesta a Varsovia.

Recuerdo que en alguna charla por el chat Daniel Morgade, un amigo guitarrista uruguayo, me hizo una observación sobre mi dedo índice de mano izquierda, él noto en uno de los videos que subí por el concurso, que el dedo se disparaba involuntariamente para arriba, cosa que yo no había notado. No le tomé importancia, de pronto pensé que era un vicio técnico y que no me impedía tocar, así que “a darle que es mole de olla”, como decimos coloquialmente los mexicanos.

Se acercaba el viaje a Europa, meses antes escribí a la embajada de México en Polonia, para mi fortuna la persona que en ese entonces estaba como agregada cultural fue muy amable, me dio mucho apoyo, tanto que se lograron coordinar 8

conciertos en diversas ciudades de Polonia. A la par con varios amigos en Italia se coordinaron más conciertos, al final fueron 2 con orquesta y 15 más como solista, fue una extensa gira. Pues vámonos a preparar maleta y emprender esa gira de conciertos de la cual no daré muchos detalles, lo que sí puedo compartir es que fue muy provechosa, regresé con 2 grabaciones en vivo que posteriormente se produjeron en discos, muchas vivencias, historias, nuevos amigos. Las personas con las que llegaba me trataron de maravilla, demasiada calidez de los amigos polacos, de verdad que ahora lo recuerdo como un sueño, fue poco más de un mes de estar dando conciertos, clases magistrales, viajando, compartiendo, aprendiendo...

Como en el cuento de La Cenicienta el encanto terminó, así que emprendí el retorno a casa, por un lado sentía cierta nostalgia pero por otro ya anhelaba estar con mi familia, regresaba cargado de muchas experiencias y sobre todo de regalos. Ahora debía retomar actividades, preparar el examen de fin de semestre en el conservatorio, cerrar el año y pensar en el último semestre de la carrera, programa para titulación, montar nuevo repertorio. El trabajo no terminaba, sin embargo, lo que me sobraba era energía y ganas de continuar, recuerdo que al regreso me tomé algunos días sin tocar la guitarra, descansé mucho y estuve con mi familia, Cuando fui al conservatorio faltaban 2 semanas para presentar el examen de guitarra de fin de semestre y yo no tenía nada de ese repertorio, pero en 2 semanas bien dedicadas algo podía hacer, al menos para no reprobar, así que a comenzar a leer el repertorio de examen.

Estando en casa, me senté a retomar el estudio con la guitarra y me llevé un gran desconcierto, ¡no podía tocar! Era una sensación como si la mano izquierda no respondiera, movimientos que antes hacía de manera natural ya no eran así, una cosa muy extraña, como si tuviera fatiga, los dedos lentos, esa era la primer sensación. Me puse a reflexionar y tratar de explicarme porque pasaba eso, y ¡claro! acababa de regresar de una gira de

conciertos tocando mucho repertorio, era obvio que los músculos estaban fatigados, yo mismo me sentía fatigado así que no le tomé importancia, guardé la guitarra, consideré que todo ese año había sido muy pesado, que más daba reprobado, podía presentar el examen extraordinario en febrero y no pasaba nada. Reprobar guitarra no me haría peor guitarrista, no tenía conciertos próximos, decidí tomarme lo poco que quedaba del año de descanso y ni modo, tuve que ir con mucha vergüenza a decir al conservatorio que no tenía el repertorio para examen con la excusa de la gira de conciertos que acababa de realizar.

Mi querido maestro Roberto Medrano lo entendió muy bien, me felicitó mucho por esa gira, pero él solo era parte de los que evalúan, siempre en los exámenes de guitarra están como sinodales todos los maestros del área de guitarra y hay un reglamento y se debe cumplir, no hay repertorio para presentar, pues reprobado y a preparar el examen extraordinario. Con toda sinceridad me afectó un poco, ya que siempre fui alumno destacado y con buena calificación sobre todo en guitarra, pero en esta ocasión había un buen motivo para reprobado, así que a disfrutar de las posadas y sobre todo a compartir con la familia.

Empezó el año 2010, ya era necesario estudiar para preparar el examen extraordinario y el nuevo repertorio para el último semestre de la carrera, tomé la guitarra y la sensación de no poder tocar seguía, ahora con mucha tensión. El dedo índice se quedaba inmóvil al punto de no poderlo colocar en el diapasón, le daba la orden pero no respondía se quedaba así, paralizado, el dedo medio se metía hacia la palma de la mano y no lo podía levantar, no podía ni pulsar un acorde, ahora si de verdad me preocupé, busque ayuda médica, platicaba con maestros, compañeros, asistí varias consultas médicas, terapias de rehabilitación, radiografías, estudios de sangre, y nada. En particular recuerdo la electromiografía que es un estudio muy doloroso, lo sufrí mucho, en resumen probé de todo, al punto de pensar que era brujería, “mal de ojo”, o algo por el estilo.

Platicando con amigos me llegó a sonar el término “Distonía Focal”, investigué en internet sobre eso, no tenía ni la más mínima idea de lo que era el también llamado “cáncer del músico”, recuerdo mucho el breve documental de la televisión española que está en YouTube, y habla sobre el tema, en el que aparece un médico alemán, el doctor Altenmüller, y consideré que yo podría tener eso pero ¿a quién debía recurrir?

Alguien me comentó sobre una clínica en Barcelona que se especializaba en músicos, afortunadamente vivimos en una era que todo lo tenemos a la mano, puedo decir bendito internet. Así que busqué y me contacté con el Dr. Rosset de dicha clínica, me pidió que le enviara resultados de algunos estudios que me había hecho en especial la electromiografía, me tuve que poner a escanear los resultados que son como 50 páginas, pero ni modo.

El doctor muy amable y con gran compromiso me agendó una cita vía Skype, nos vimos, me pidió que tuviera la guitarra para verme tocar, y efectivamente me diagnosticó distonía. La clínica ofrecía el tratamiento para recuperarse pero era presencial y de cierta forma muy costoso para mí, le dije que lo consideraría y más adelante me pondría en contacto con él para coordinar en caso que yo tuviera que ir a Barcelona, eso fue en junio 2010, ya habían pasado 6 meses sin tocar, y empezaba a desesperarme.

Nuevamente apareció Jorge, el amigo peruano que me recomendó para tocar en Polonia, vino a México a hacer unos conciertos en Guadalajara, él estaba radicado en ese entonces en Alemania, con mucho gusto le propuse que viniera a Ixtlahuaca, pude coordinarle para que diera un concierto en casa de cultura, lo recibí en casa, fue muy grato volverlo a ver, la pasamos muy bien, fuimos Teotihuacán para que él conociera las pirámides, platicamos mucho sobre cómo me había ido en Polonia. Le platiqué lo que me pasaba y él conocía sobre el tema, me dijo no te preocupes en Alemania hay un médico que trata a músicos con distonía, el mismo Jorge se había tratado un

problema de tendinitis con el médico, me platicó que era muy bueno, para mi sorpresa era el mismo médico del documental, el doctor Altenmüller.

Jorge regresó a Alemania e investigó como poder ver al doctor, me agendó una cita y me ofreció llegar a su casa en Alemania, lo cual significaría que no gastaría en el hospedaje, aunque él vivía en Stuttgart y el doctor estaba en Hannover, podía ir y regresar en tren. Organicé el viaje, conseguí apoyo con el ayuntamiento, vendí mi auto que tenía en ese entonces, me apoyaron mis padres; recuerdo que un día antes de partir recibí una llamada de mi querido maestro Roberto Medrano, me dijo “estoy en Ixtlahuaca, ¿puedo pasar a verte?” Llegó a casa, me deseó mucha suerte en el viaje y me dio unos dólares para que me apoyara.

La cita estaba agendada para la tercera semana de septiembre, emprendí el viaje y a buscar la recuperación. Llegué a Alemania y me recibió Jorge, enseguida nos pusimos a organizar el traslado a Hannover, que eran casi 8 horas en tren. En fin, llegué a la clínica con el doctor Altenmüller, me trataron bastante bien, mi hicieron muchas pruebas con aparatos para que me volviera a diagnosticar distonía focal, pasé toda una tarde en la clínica, me pude dar cuenta que llegaban músicos de muchas partes del mundo a verlo.

Para resumir me explicó que su tratamiento consistía en una inyección de toxina botulínica (botox), eso me quitaría la tensión y mientras tanto yo iba a poder tocar como si nada, que durante el efecto de la inyección que es de aproximadamente 3 meses, yo debía reentrenar mis movimientos y esperar a que pasara el efecto para corroborar que la distonía había desaparecido. Lo cual me sonó lógico en cierta forma, pues me aplicaron el botox y para terminar creo que le caí bien al médico o no sé, porque no quiso cobrarme lo que realmente era el costo, únicamente pagué 50 euros por gastos de utensilios.



Al salir de la clínica debía buscar donde alojarme, no tenía como regresar a Stuttgart, busqué dónde comer, caminé mucho, ya eran poco más de las 10 de la noche. En la calle yo buscaba un hostel o algo económico, pregunté a alguien si sabía de algún lugar, platicamos, me preguntó que hacía por ahí, le platiqué que había venido a ver al doctor de los músicos, sobre lo que me ocurría y ¡me ofreció quedarme en su casa!, Increíble pero cierto, resulta que este amigo Florian Hobert, también músico (pianista), conocía al doctor, de verdad una gran persona que ese día me ayudó bastante.

Al siguiente día efectivamente había desaparecido la tensión del dedo índice, busqué regresar a casa de Jorge, estando en Stuttgart varios días probaba de tocar, el índice como que quería responder pero el medio seguía tenso, pensé que los dedos irían respondiendo poco a poco, ya eran casi 10 meses sin tocar. En esos días en alguna reunión con amigos de Jorge en Alemania, probé de tocar un charango, y era curioso como en el charango podía hacer acordes y pulsarlo, entonces pensé que ya empezaba a hacer efecto la inyección y pronto regresaría a tocar. Sinceramente con todo y el problema la pasamos muy bien, era septiembre en Alemania, pues a vivir el Oktober fest, lo comento porque no todo fue malo.

Jorge iba a salir a dar unos conciertos y yo me iba a quedar solo, así que en ese mismo viaje estuve en contacto con otro gran amigo, un hermano podría decir, José Eduardo Cervera guitarrista mexicano de Mérida, que acababa de llegar a estudiar a Italia. Me dijo vente para acá unos día y me recibió en Udine, me quedé en la casa donde rentaba, me compré una bicicleta por 10 euros y paseábamos por la ciudad con otro paisano Bernardino, fueron días bellos.

Había recibido un correo de otro gran hermano Laurent Boutros, guitarrista francés, a él lo había conocido un par de años atrás en el festival de Morelia, cuando gané el concurso,

solo habíamos conversado un poco pero teníamos el contacto, me decía en el correo que estaría en México para tocar unos conciertos pero justamente el día que yo salía, él, quería ver la posibilidad que yo le consiguiera tocar en Ixtlahuaca, pero le platicué del problema que tenía y que estaría en Europa. Laurent me comentó que en París había un Centro de Reeducción para músicos, que atendían a base de kinesiología, él estaría 2 semanas en México y que cuando regresara me investigaría sobre esto, y así fue, investigó y me consiguió una consulta, pues a buscar cómo irme a París. Laurent me recibió en su casa, me acompañó a la consulta para servirme de traductor, un apoyo total como si fuera de mi familia. Fueron dos consultas-terapias, que me ayudaron más que a recuperarme a entender mejor como sería el camino de la recuperación, creo que con los kinesiólogos hubiera logrado un buen avance pero las consultas eran costosas y debía quedarme en París. En la terapias aprendí varios ejercicios de control que me recomendaron hacer, bueno se terminaba la estancia en Europa, regresé a casa de Jorge, me fui de París a Stuttgart en autobús porque era lo más barato y ya no tenía casi dinero, estuve un par de días con Jorge y regresé a México.

Podría parecer que el viaje de mes y medio fue en vano, regresé sin haberme recuperado, sin dinero, sentía cierta frustración, prácticamente igual que cuando salí, el botox seguía con efecto pero aún no podía tocar, por un momento pasó por mi cabeza renunciar a la música y dedicarme a otra cosa. Tenía 25 años, no era tarde para comenzar una carrera distinta, además tenía que hacer algo para subsistir, tenía una hija, el mayor motivo para no decaer y hacer algo provechoso.

También tenía la opción de no dejar la música, simplemente algo afín, me llamo mucho la atención construir guitarras, incluso le pedí al gran guitarrero y amigo Arnulfo Rubio que me enseñara y con gusto me dijo que sí, que fuera a Paracho y me quedara en su casa, él me enseñaría el arte de la construcción de guitarras. También pensé en la dirección orquestal,

composición, pedagogía musical, en fin, había varias opciones para seguir haciendo música sin pulsar una nota. Pero en el fondo no quería y no me permitía declinar, continué haciendo mis labores, traté de aprobar las demás materias en el conservatorio excepto guitarra, impartía un taller en el Tec de Monterrey campus Toluca y en sede Metepec, la mayoría de los alumnos eran de iniciación y realmente no me requería tocar así que podía impartirlo sin mayor problema.

Terminó el año 2010, nunca decaí, día a día hacia los ejercicios que me recomendaron los kinesiólogos en París, buscaba información en internet, investigaba sobre la distonía, conocí muchos casos, algunos muy severos, contacté a músicos que tenían el problema, que habían padecido y lograron recuperarse, en fin, me empapé de información. Empezando el 2011, el maestro Sergio Damián me mostró una guitarra de 10 cuerdas como la que tocaba el legendario Narciso Yepes, la pulsé un poco y me di cuenta que la mano izquierda parecía que tenía cierto control, me vino a la mente cuando pulse el charango en Alemania que era una sensación similar, entonces pensé que si con la guitarra el problema se agudizaba pero con otro instrumento podía controlar entonces, por ahí era el camino, así que le pedí a Sergio me vendiera la guitarra, y así fue.

Transcurría el mes de abril de 2011, habían pasado seis meses desde mi regreso de Europa, seguía trabajando por mi cuenta, me había empapado de mucha información, ahora con la guitarra de 10 cuerdas, sinceramente no podía tocar con fluidez, más bien mi logro había sido que podía postrar los dedos sobre el diapason sin que se movieran es decir, mantenerlos fijos, pero si quería hacer un ejercicio de coordinación o pulsar algún acorde los dedos se descontrolaban, pero bueno, algo era algo, pensaba que si seguía trabajando así muy lentamente podría recuperarme, al final de cuentas

Como lo mencioné anteriormente, cada día dedicaba un momento para buscar información, y vuelvo a decir bendito internet, me encontré con un blog sobre una clínica en México llamada “SANARTE”, recuerdo muy bien que mencionaba diversas patologías que trataban, un apartado para mencionar lesiones en músicos y al final decía se trata a músicos con distonía focal.

¿En serio? ¿Tratan distonía focal del músico en México? Al inicio no lo creí, leí una y otra vez el blog, lo revisaba, hasta que me convencí que era cierto, lo mejor era que la clínica ¡se ubicaba en el Estado de México, en el mismo estado donde radico! Ciudad Satélite en el municipio de Naucalpan, aunque a decir verdad es del otro lado del Estado, lo único que se interpone en el camino entre Ixtlahuaca y Naucalpan es la pequeña ciudad de México. Recuerdo que entre la emoción e incredulidad me puse a compartir mi historia en el blog, un poco extensa como ahora, creo. De pronto me gusta hablar mucho y contar detalles; escribí y me responde al poco tiempo la fisioterapeuta Sandra Romo, agendamos una cita, curiosamente en esa primera consulta no fui solo, otro amigo guitarrista Carlos Arellano estaba pasando por un problema similar, nos quedamos de ver en Naucalpan y fuimos a nuestra primer consulta.

En esa primer revisión Sandra me volvió a diagnosticar distonía focal, hablamos sobre cómo sería el proceso, y me di cuenta que no sería tan sencillo como pensaba, que “era solamente reeducar movimientos y reaprender a tocar”, ella me dijo con toda sinceridad que mi problema era grave, que tomaría al menos dos años lograr recuperarme, que tendría que tener mucha disciplina y paciencia. Por un lado nada alentador pero por otro le tomé mucha confianza, a pesar de la corta edad de Sandra, ella tenía poco más de 30 años en ese entonces, sabía que me ayudaría independientemente del tiempo que me tomara. Era la primera semana de mayo, iniciamos la terapia, cada miércoles iba con ella, me tomaba 4 horas de viaje llegar, una hora de terapia y el

regreso en ocasiones eran 6 horas por el tráfico, prácticamente me tomaba todo el día, pero no importaba.

Para iniciar con el tratamiento, Sandra me pidió que dejara la guitarra por un tiempo, no debía tocarla ni siquiera para afinarla, fueron como 3 meses así, de sólo hacer ejercicios sin la guitarra, parecía más que terapia una clase, donde solo revisábamos lo ejercicios que me dejaba cada semana, sinceramente eso me desesperó un poco, por un momento dudé de la terapia, no veía resultados en la guitarra, puesto que no debía tocarla. Sin embargo, fui muy disciplinado, cada semana llevaba bien logrados los ejercicios, y bueno, llegó el día que Sandra me dijo que llevara la guitarra, me pidió que me acomodara y tocara un poco. Cual viene siendo mi sorpresa, los dedos ya no tenían esa tensión, podía hacer movimientos de coordinación, ¡podía pulsar un acorde! Una sensación tan emocionante como motivadora. Si bien los movimientos eran lentos, porque obviamente después de tanto tiempo sin tocar, lo que hacía lo controlaba muy bien, sabía que había sido un buen logro, aunque el trabajo apenas empezaba, ahora las terapias eran con la guitarra, varios ejercicios aplicarlos y comenzar a retomar algunas piezas.

Transcurrieron unos meses, en septiembre me escribe otro gran amigo Antonio Freytez de Venezuela, me preguntaba como seguía con lo de la distonía, que cuando volvería a tocar, le platicué que ya estaba retomando poco a poco el estudio, que la terapia me estaba ayudando mucho. Él me contó que estaba organizando un festival en San Felipe Yaracuy, que si quería ir a tocar a Venezuela, y bueno era una oportunidad, pero a la vez apenas estaba retomando algunas cosas y tratando de tocar piezas sencillas, haciendo técnica, le dije que me permitiera consultarlo con la fisioterapeuta.

Recuerdo muy bien que le conté a Sandra sobre esta posibilidad, le pedí que con toda honestidad me dijera si era bueno que fuera a tocar, y recuerdo que su respuesta fue: ¿tú cómo te

sientes? Le respondí que yo ya me sentía mucho mejor tocando, que podía tocar obras poco demandantes, aunque sinceramente eran más las ganas de tocar otra vez en un escenario, eran ya casi dos años sin presentarme en público. Ella me dijo pues ve, no caigas en lo que hacías antes de estudiar demasiado, sin reposos y bueno, fue otro gran acicate para continuar con la recuperación.

Habían pasado poco más de 10 meses desde la última vez que visité a Sandra, le pedí que me agendara una consulta, era agosto 2013, fue muy grato vernos, lo extraño es que la clínica ya no estaba en el mismo sitio, ahora estaba al sur de la ciudad de México, todo fue muy diferente, me dio nostalgia por aquel lugar en ciudad Satélite donde esperaba mi terapia tomando café en el patio acompañado de las tortugas de Sandra. Ella me revisó y me dio de alta oficialmente, había logrado recuperarme al 100%, al mes siguiente hice una extensa gira por Europa, me preocupaba que pasara lo mismo ya que esta vez eran incluso más conciertos que la vez previa en la que se detonara la distonía, estaría tocando en Alemania, Austria, Italia y Polonia en una gira de 2 meses. Toda la gira fue genial, buenos conciertos, muchos amigos, vivencias, experiencia y algunas anécdotas que se quedarán en el recuerdo.

Así fue mi historia con la distonía focal, actualmente que está por concluir el 2017, no he sentido alguna recaída, desde entonces he seguido con mucha actividad concertística en México y últimamente por centro y Sudamérica, eso sí, tratando de no cometer los mismos errores, ni de ser tan obsesivo con el estudio; me dedico a la docencia en mi alma mater el Conservatorio de Música del Estado de México, en la Escuela de Artes Escénicas de la Universidad Autónoma del Estado de México en la licenciatura de música, terminé una maestría en educación y sigo estudiando un posgrado en interpretación musical.

Quiero terminar externando mi agradecimiento a todas las personas que nombré y fueron parte de este proceso, algunas

que no mencioné para no extenderme tanto, y en especial mi cariño y admiración a Sandra Romo, está demás lo que pueda decir o agradecerle.<sup>1</sup>

## Charlando con Juan Carlos Laguna

JCJ (Julio César Jiménez): Buenas tardes Juan Carlos, primeramente agradecerte tu disposición para colaborar en este proyecto. ¿Pudieras decirnos por favor tu nombre completo y edad actual?

JCL (Juan Carlos Laguna): Juan Carlos Laguna 61 años.

JCJ: Te preguntaría Juan Carlos, sobre el momento de la aparición de la distonía, ¿que edad tenías entonces? ¿cuáles fueron los primeros síntomas y cuál fue tu primera reacción?

JCL: Fue el año 2010 cuando yo fui a Terrassa, los síntomas aparecieron el año previo, en 2009, a mediados de 2009 más o meno y fue algo muy ligero, un descontrol en el dedo medio de la mano derecha, entonces mi primera reacción fue un poco sorprendido, ya conocía la distonía, no era algo nuevo, había algunos amigos que la habían padecido y yo ya había oído hablar de ella y había leído un poco de eso. Entonces cuando apareció, me quedé pensando un poco y como normalmente sugiero ir con un especialista fue lo que pensé inmediatamente, bueno, yo fui primero a medicina del deporte de la UNAM y trataron mi caso como el

---

1. Texto tomado de la página oficial de Casa Senit con la autorización del autor y de la institución que alberga originalmente este contenido. Se puede consultar éste y otros testimonios en: <https://casasenit.com.mx/testimonios/>. Un agradecimiento especial para José Miguel Suárez y para Sandra Romo por la autorización para la inclusión de este texto en el presente trabajo.

de un deportista, me dieron algunas cosas ahí para desinflamar, pero bueno, ya inmediatamente después busqué en Terrassa, no fui pero hablé por teléfono y me dijeron que para diagnosticar tendría que hacer algunos estudios, de sangre, entre otros, la electromiografía y una entrevista virtual para hacer ciertos movimientos y bueno, lo mío era muy ligero, no se notaba, nadie lo notaba, excepto yo que lo sentía. Todavía tocaba un repertorio complicado y ya tenía una serie de compromisos, total que mandé los estudios y la información y la recibió el doctor Jaume Rosset y me dijo que efectivamente parecía distonía, pero que si ya quería un diagnóstico más exacto tenía que ir a Terrassa, sucede que aparte del costo del viaje, el tratamiento en sí era muy costoso, hablé con mi esposa Sofi y decidimos que tendría que ir allá, entonces fui con ellos a finales de 2009, tenía 47 años de edad en ese momento.

Ya después todo 2010 fue todo el tratamiento, el impacto fue muy fuerte, implicó dejar de tocar y la realización de muchos ejercicios, como tú ya conoces. Mi primer concierto después de eso lo di como once meses después, fue en Italia ese concierto y si mejoré, después de eso seguí yendo con Silvia Fábregas y si mejoré mucho, pero después de tantos años, ya más de una década, sigo sintiendo un cierto descontrol en ciertos movimientos, o sea no recuperé al cien y realmente cuando vas a Terrassa te dicen eso, es decir, no te aseguran el éxito total. Está bien, o sea es fuerte que te digan eso no sabemos si te vas a recuperar, bueno, estoy tocando, mucha gente me dice estás tocando y no se te nota, si, pero yo lo siento, de pronto puedes hacer cosas que se te facilitan que antes no podías hacer, entreaste más otros dedos que ahora resuelven la situación, pero vas buscando la forma de ir adelante.



JCJ: Como una especie de compensación a lo que era el movimiento originalmente.

JCL: Sucede eso, los movimientos compensatorios son muy comunes, un dedo quiere salir y otros dedos hacen un movimiento para compensar eso; en mi caso no lo podías ver realmente, yo veo mis videos de esa época y no se nota ningún movimiento extraño; yo he visto manos de distónicos que son terribles. La mía no, la mía no se notaba, pero yo lo sentía, era muy ligero, pero como decía Silvia, el hecho de que sea ligero no significa que vas a salir más pronto, he visto a gente que tiene la mano muy descompuesta y sale pronto, muy extraño esto.

JCJ: Pero entonces es más una sensación interna que algo que se pueda percibir desde afuera.

JCL: Si, claro.

JCJ: Ok, ¿Y cuánto tiempo estuviste en el tratamiento de Terrassa?

JCL: Bueno, estuve ese mes de diciembre cerca de tres semanas de manera presencial y ya todo 2010 fueron once meses de manera virtual, yo siento que si hubiera estado de manera física a lo mejor hubiera avanzado más, también es una cuestión de presupuesto porque no es barato y más que dejas de tocar también. Yo siempre fui un maestro que enseñé con el instrumento, ejemplificando siempre, y ese año era raro no tener el instrumento para explicar algunas cosas, luego surgen otros recursos que vas desarrollando, a mucha gente le suena raro que le ha salido que tiene esto y luego potencia otra cosa y para bien, a veces se van a la composición, o a la investigación, a veces a la pintura, mucha gente dejó la carrera por eso, hay más de los que pensamos que tienen ese padecimiento, porque pasa por debajo del agua, ahorita lo estamos hablando, pero en otro momento no lo hubiera podido ni hablar, no es fácil.

JCJ: Claro, hay una especie de tabú.

JCL: Sí y mala información también, yo he visto información de algunos que dicen no vayas con él porque te va a enfermar, tiene varios alumnos que también han tenido eso, a mi eso me da hasta coraje, porque hablan desde la ignorancia, no es por ahí, pero ya después lo vas asumiendo y te das cuenta de que es más por ignorancia que por otra cosa.

JCJ: Claro, claro, lo entiendo perfecto. ¿Entonces digamos que estuviste un año más o menos en la clínica de Terrassa?

JCL: Estuve un año pero estuve más realmente, porque ya después las sesiones fueron cada cuatro meses, después dejé de ir y luego regresé, pero más esporádicamente, cuando me sentía como medio raro. Después empecé a hacer otro tratamiento en Toronto, con Joaquín Farías, y fue algo raro, yo fui a hacer una estancia sabática en Toronto en este contexto fuimos a conocer la ciudad con mi familia, porque todos viajaríamos y fuimos a conocer la Universidad. En esa semana aproveché para tomar varias sesiones con Joaquín Farías y fue impresionante, me destrabó muchas cosas de repente, él tiene muchos libros que yo ya los había leído, él habla así como de milagros, de repente ya podía tocar casi como tocaba antes, entonces son cosas como milagrosas que yo no creía tanto en eso. Pero me destrabó el trémolo por ejemplo en una semana, haciendo el movimiento sin pensar, o sea, trabajando pero sin pensar que es interesante eso y me destrabó, sí, platicando y haciendo algunas cosas. Después me estancué de nuevo y me dije voy a estar un año en Toronto, pues voy a trabajar con él, pienso que pudo haber sido producto del trabajo que ya venía haciendo con Terrassa, sin minimizar lo que hizo Joaquín, como que todo va sumando.

Me beneficiaron algunas cosas y luego regresé ya para estar todo el año en Toronto, pero solo fui una vez fíjate, yo estaba muy ocupado y el tratamiento estaba muy caro y pues a pesar de haber estado ahí todo el año sólo fui una vez, quizás por otras razones que no quiero comentar. Después regresé otro rato con Silvia para otras sesiones, es cuestión de estar en tratamiento continuo, yo no sé si esto tiene un final, hay momentos en los que ves la luz, pero a veces se aleja y a veces se acerca, ahora estoy experimentando con otra cosa que ya lo comentaré hasta que vea resultados.

JCJ: Genial ¿Entonces lo de Farías en qué año fue exactamente?

JCL: No sé, hace como cinco años más o menos por allá de 2018.

Y también contacté a alguien más y nunca me respondió en su momento, sino hasta después de años, era otro español, no me acuerdo como se llamaba y me contactó después de años, pero yo ya no quería experimentar más. Él ya murió, no recuerdo el nombre, después te lo paso.

JCJ: Muy bien, después de todos estos años y la experiencia con distintos médicos ¿Cómo dirías que afectó tu carrera la distonía?

JCL: No pues si afecta porque no puedes tocar, tienes que adaptarte a un nuevo repertorio, diferentes formas de resolver, yo he sido alguien que siempre he estado muy activo en el tema de la lectura a primera vista, mi tesis doctoral fue de ese tema, y ahora no es que no pueda leer más rápido, es que no puedo hacer las cosas más rápido, no es la información que te llega, sino que no la puedes poner en funcionamiento de manera inmediata.

JCJ: Tu cabeza va más rápido que tus manos.

JCL: Si puedo leer cosas, pero no lo puedo hacer tan rápido como antes, tengo muchas anécdotas de lo que he hecho con la lectura a primera vista, alguna obra como el Concierto Andalúz que he montado en tres días porque alguien se enfermó y me llaman y en tres días lo hago en concierto, pero porque estaba en dedos también. Ahora no puedo hacer eso, pero no por la lectura sino por otras cosas, entonces si te afecta esto de la distonía. Otra cosa es la de ejemplificar en clase, ahora lo tienes que hacer con más cuidado y a veces no puedes resolver ciertas cosas, y tampoco tienes porque hacerlo, como decía Marco De Biasi, no tengo porque tocar el estudio 1 de Villa-Lobos y tampoco me interesa. Sin embargo, toca su música de manera perfecta y hace otras cosas increíbles, y si, él puede porque es compositor, pero si esta piedra se interpone en tu camino no trates de romperla, rodéala, si con el tiempo logras romperla pues está bien, pero no es el objetivo y a veces nos pasa eso con la distonía. Yo nunca fui alguien obsesivo para estudiar, ¿Por qué me pasó eso? No lo sé, pero te puedo decir que mucha gente dice es por mala técnica o por la manera de estudiar movimientos repetitivos, nunca fui alguien de estar haciendo movimientos repetitivos excesivamente y pasar horas y horas con un pasaje, nunca fui de ese tipo de guitarristas.

JCJ: Muy bien, muy bien, te preguntaría ¿Cuáles consideras tú que pudieron haber sido las causas detonantes de la distonía en tu caso y si consideras que el tratamiento, o los distintos tratamientos que has tenido han atendido dichas causas?

JCL: No lo sé, lo que te decía ahorita, ni en Terrassa te dicen se debe a esto, por ejemplo te dicen, tuvo cáncer de pulmón porque fumaba mucho, a ti te pasó eso porque tocabas mucho o porque fuiste muy exagerado en el estudio de la técnica, no, realmente no te puedo decir y no me lo

supieron decir, pueden ser un montón de causas. Puede ser una combinación de causas, pueden ser aspectos hereditarios o psicológicos, entonces no te puedo decir; la recuperación fue más bien a nivel mecánico en el caso de Terrassa, lo interesante de Farías fue un poco pensar las cosas sin pensarlas tanto, es interesante también, creo que las cuestiones psicológicas son muy importantes y me parece que por ahí puede estar una solución interesante.

JCJ :Y eso es muy complejo.

JCL: Es muy complejo y ahí podemos ver muchas cosas extra musicales, ahí pueden estar muchas causas, no quiere decir que sea eso únicamente pero puede influir.

JCJ: ¿Qué otros elementos externos has considerado importantes en tu proceso de recuperación?

JCL: Por ejemplo en Terrassa trabajan con la férula y Farías está totalmente en contra de la férula y tiene argumentos muy poderosos para estar en contra, él tiene sus estudios y sin embargo, la férula acá ha recuperado a muchas personas. Quien empezó a trabajar con el Sensory Motor Retuning, fue Víctor Candia, chileno y precisamente él fue guitarrista, y él se empezó a dedicar a la psicología y a desarrollar esta técnica y es la que siguen en Terrassa. Ahora Víctor es alguien muy exitoso con el tema de la distonía, incluso se ha dedicado a la distonía ya en otro nivel, ni siquiera ya para músicos, pero lo bueno de Terrassa es que te tratan como artista, no como deportista, aunque tengas una parte equivalente a la deportiva en el entrenamiento, entonces la atención en Terrassa es como medio deportiva, y sí, si mejoras. Pero qué otros tratamientos, hace poco tuve oportunidad de platicar por Facebook con otra persona que se recuperó y ahora ofrece tratamiento y fue interesante platicar con él.

Yo ahora lo puedo decir, antes no hubiera podido, es como pararte en un espacio y decir si, si soy alcohólico, eso es parte de la recuperación, yo no soy alcohólico, pero es parte de la recuperación llegar a ese momento de la aceptación y es muy fuerte y también considerando que eres una figura pública.

JCJ: Y diría yo, más en tu caso, a todos nos pasa en cierta medida, pero en tu caso siendo la figura que eres dentro del mundo de la guitarra en México supongo que es más difícil.

JCL: Es muy fuerte, y hay gente que hasta le da gusto, es terrible, es como que ¿ves? Te dije que... y hay que lidiar con todo eso, son muchas cosas que entran en juego en tu cabeza, como el descrédito, y tienes que aprender a batallar con todo eso, madurarlo y lo aprendes, de manera personal es importante verlo como hasta un regalo también, ah mira esta experiencia me puso en este lugar, pero es fuerte y hay que lidiar con eso.

JCJ: Si, si, muchas gracias Juan Carlos por compartírnos eso, desde el punto de vista psicológico ya nos comentas que es complicado ¿Tú dirías que el miedo apareció en algún momento en tu caso?

JCL: Si, por supuesto, desde que lo diagnostican aparecen muchos miedos, yo soy un profesional de la música, eres un artista activo y esto llega cuando estás en la cúspide de tu carrera y de repente te encuentras con que no puedes tocar y no puedes dar conciertos, luego no tienes dinero, yo por suerte tengo mi plaza de maestro y mi plaza de Bellas Artes y ellos supieron comprender, no pasó absolutamente nada, entonces si salí adelante y bueno puedo tocar, tengo mucho trabajo con orquesta esta última parte del año, puedo sacar proyectos como mi proyecto de Takemitsu, mi proyecto de canciones de cuna, mi proyecto

de maderas mexicanas, muchas cosas han salido adelante y las he podido realizar, pero si he hecho como adaptaciones, otros movimientos si los recuperaré por supuesto, hay algunos otros que siguen medio trabados. Hay algo que si me pasó, cuando fui a Terrassa yo sentía como ligera esa incapacidad, pero después de que estuve trabajando con ellos lo sentí mucho más, como que me agravé, cosas que se potenciaron más, es decir, yo lo sentía y me extrañaba, ¿cómo que ya no lo puedo hacer si antes si podía? Y ya luego se fueron recuperando los movimientos, ahí recuerdo a Farías que me decía “no debes usar la férula”, pero bueno, hice lo que hice, con los recursos que tenía en ese momento. Invertí mucho también en tiempo y dinero, con mi familia también fue muy fuerte, ahí el apoyo de Sofi, mi esposa, fue muy importante en todos los sentidos, desde lo económico también. Entonces si ha sido un parteaguas en mi carrera, así como lo fue el concurso de Tokio de manera positiva, pues este fue otro parteaguas, pero por suerte estoy tocando.

JCJ: Eso es lo que iba a decirte, el tuyo es de alguna manera un caso atípico, porque tú durante todos estos años has seguido tocando, has podido seguir haciendo una carrera como concertista de Bellas Artes y lo has hecho de buena manera, has cambiado algunos repertorios posiblemente, algunas maneras de hacer, pero finalmente la distonía no ha sido algo que haya coartado tu carrera como concertista.

JCL: Que no me cortó de tajo, que tuviera que decir no puedo tocar más, no, es decir, me limitó a ciertas cosas, aunque también vienen ya las limitaciones naturales del tiempo, no es lo mismo tocar a los treinta o cuarenta, que a los sesenta. Yo ya entre a la parte de los sesenta, ya casi me hacen descuento en el metro ¿no? Ya voy a entrar a la parte de la tercera edad, o sea, es lo mismo que en los deportes,

ahora si tú ves jugar a Messi, él ya no corre, sigue anotando goles y sigue jugando impresionante, lo sacaron el otro día y dijo que ya estaba cansado, es lógico, no es lo mismo el Messi de 20 años que el de 36, es lo mismo uno. Tú vas a los concursos y ves a los jovencitos de 20 años tocando impresionante, entonces también hay un desgaste natural, uno va ganando en cuestiones de expresividad, pero en cuestiones mecánicas es lógico que el tiempo te cobra la factura.

JCJ: Te cobra la factura, aunque aplicado a Messi y aplicado a ti también, el que es crack es crack (risas). Te pregunto ¿Cómo cambió tu visión de la guitarra y de la música este proceso?

JCL: Pues tienes que ser más práctico, evitar tanto desgaste a veces de tiempo en la forma de estudio, vuelvo a repetir, nunca fui alguien que estudio tanto en cuestión de repetir y repetir, es más bien buscar efectividad en el trabajo, no podía, yo si tuve alumnos que estudiaban ocho horas, yo nunca pude estudiar ese tiempo, nunca, ni en las épocas de más trabajo, ni cuando me preparaba para un concurso internacional o nacional estudiaba tanto. Era muy constante y era muy disciplinado, eso sí, cuando fui a Tokio estudiaba muy profundo, pero con todo esto que pasó te vuelves todavía más práctico, te das cuenta de que en dos o tres horas puedes hacer muchísimo, yo les platico a los alumnos esto que hacen mucho, la programación neuro-lingüística, desde el punto de que no sabes nada hasta que sabes algo y les digo, son como cuatro etapas en la teoría del aprendizaje, desde que no sabes nada hasta que sabes algo, entonces la primera etapa es cuando no sabes que no sabes, ni te lo preguntas, en algún momento estamos ahí por ejemplo con un idioma, le llaman a esta primera fase incompetencia inconsciente, no sabes que no sabes, ni te lo preguntas, ahorita mismo igual no sé algo que quiero



saber después, aprender ruso por alguna razón, ni me lo pregunto, o aprender a manejar en su momento. Después viene la incompetencia consciente, es cuando tú ya quieres saber algo pero aún no lo sabes, quiero aprender ruso, quiero aprender a manejar o quiero aprender a tocar la guitarra, ya es el segundo paso. El tercero es el más importante, es la competencia consciente, es cuando tú ya lo estás aprendiendo a hacer y es cuando estás en el estudio con los alumnos, estás trabajando conscientemente, es cuando estás manejando por ejemplo y no te das cuenta de nada porque está pendiente de ir manejando y cuál es el objetivo, llevarlo a la cuarta etapa, a la competencia inconsciente, a lo mejor hay muchas cosas que sabemos, el mismo idioma, caminar, tocar, manejar, son cosas que ya están instaladas en tu inconsciente y no los piensas, no puedes ser consciente de todo; qué es lo malo, cuando tu aprendes algo mal y ya está en el inconsciente, entonces hay que regresar a la parte consciente para reaprenderlo y cuando regrese al inconsciente hacerlo bien.

Conclusión, la consciencia es muy importante en el estudio, tú no puedes ser consciente todo el tiempo ¿Consciente ocho horas? Por supuesto que no, hay que darle descanso, entonces sesiones cortas para que tu consciencia no se canse tanto, para que tus músculos no protesten, esto te reubica mucho en muchas cosas, en mucho desperdicio de tiempo y de todo, entonces si te sirve, hay que sacar lo provechoso de todo esto.

JCJ: Muy bien, algo último que quisieras compartírnos Juan Carlos para los posibles lectores de este libro, o para los potenciales músicos que podrían estar pasando por una situación similar como causa de su ejercicio profesional.

JCL: Ver la parte positiva de esto, es como cuando Dios guarde la hora, pero como cuando te dicen que tienes una enfermedad terminal incurable, algo muy fuerte, hay una película de Kurosawa que se llama “Vivir” en la que al protagonista le detectan una enfermedad y le dicen que le queda poco tiempo de vida y le encuentra un sentido a su vida. Imagínate que te digan eso, vean la película, es muy interesante, si te llega a pasar una cosa así hay que buscarle el sentido positivo que parece que no lo tiene, pero sí lo va a tener si lo buscas. Antes le decían el cáncer del músico a la distonía, porque como que no tenía cura, ahora sí la hay, existen varios tratamientos, no demasiados porque no es algo que le pase a todo el mundo, no es como algo que le pase a la población en general, como lo que pasó ahora con el COVID, nunca habían sacado una vacuna tan rápida. En este caso no hay investigaciones porque no hay demasiada gente que lo padece, comparado con la población en general, pero ya existen algunas y siguen experimentando con cosas, entonces nos damos cuenta de que si hay formas de solucionarlo y cada vez va a haber formas más cercanas a uno, y que no desfallezcan en buscar el lado positivo en una situación en la que pareciera que ya se acabó todo. El mejor ejemplo es Marco De Biasi, él es un artista completo, admirable y después de que aparentemente se le cerró una puerta porque no podía tocar, abrió tres puertas más porque se fue hacia la composición, es un gran compositor, se fue hacia las artes plásticas que es también muy loable lo que está haciendo ahí y después se recuperó para tocar, entonces ahí hay tres puertas abiertas. Otros que se van hacia la dirección, otros que se van a la docencia, en fin, siempre hay algo positivo en lo que aparentemente es el fin de tu carrera.

JCJ: Juan Carlos pues agradezco muchísimo tu colaboración en este proyecto, lo aquilato en todo lo que vale, teniendo en cuenta además la figura que tú eres dentro de la guitarra tu testimonio va a tener mucha trascendencia.

JCL: Como dice mi cuñado, hay que morir con la espada ensangrentada, no hay que desfallecer, yo tengo 61, y me han pasado muchas cosas, mi accidente del ojo cuando fui a tocar a Zacatecas, casi pierdo el ojo derecho que quedó con secuelas que no me permiten ver bien de ese lado. Mi tesis doctoral fue de lectura a primera vista, que es un campo en el que la visión es fundamental y me pasa esto, ahora cuando toco prefiero no voltear a ver mi mano porque entre el ojo que ve bien y el que ve borroso a veces se confunden aquí las cosas, y mejor prefiero no ver y eso ayuda a la memoria muscular. Entonces entre eso y la distonía y todo, pues uno está ahí luchando con la espada ensangrentada y así voy a morir, voy a seguir adelante.

JCJ: ¡Genial! ¡Felicidades Juan Carlos! ¡Eres una inspiración para muchos de nosotros!

JCL: Muy bien, seguimos en contacto y será muy interesante leer tu trabajo.

## Charlando con Mario García Hurtado

JCJ: Bienvenido Mario, quisiera primeramente agradecerte tu disposición para participar en esta entrevista para platicarnos un poco sobre tu proceso con la distonía focal

MGH: Claro que sí.

JCJ: Quisiera empezar con unas preguntas sobre tus datos generales, nombre completo y edad por favor.

MGH: Mi nombre es Mario García Hurtado, tengo 44 años, soy casado, tengo una hija de 3 años, soy profesor de música a nivel medio superior y de guitarra a nivel licenciatura en el Centro Cultural Ollin Yoliztli, en el cual tengo trabajando cerca de diez años y pues soy un paciente distónico.

JCJ: Muy bien, muchas gracias Mario ¿Nos podrías comentar un poco sobre cuándo apareció la distonía, qué edad tenías en ese momento, cuáles fueron los primeros síntomas, cuál fue tu primera reacción hasta la obtención de un diagnóstico?

MGH: Mira yo tuve mis primeros síntomas en enero o febrero de 2016, tenía en ese entonces 36 años, yo estaba haciendo mi tesis doctoral en ese momento y estaba sometido a mucha presión, que yo mismo me ponía en realidad ahora que lo veo a distancia y dejé de estudiar mucho en ese momento porque la tesis doctoral en la UNAM era muy exigente a pesar de estar en un programa de interpretación, en realidad es un perfil más cercano a la musicología, entonces yo dejé de estudiar la guitarra como habitualmente lo hacía y en su lugar, me puse a teclear mucho, a leer, a escribir y cambiaron mis hábitos profesionales en ese momento.

Entonces surgió un proyecto para grabar un disco con mi compañero José Luis Segura; fuimos a Culiacán y grabamos una parte del disco, entonces cuando yo comencé a hacer algunos arpegios que eran p-i-m-i rápidos yo sentía mi dedo medio raro, lo sentía como si tuviera una hiper-sensibilidad en la punta y lo sentía un poco torpe, te lo cuento todo para evidenciar que yo venía de un periodo de casi no estudiar y de repente retomé la práctica de la guitarra al máximo nivel para grabar un disco, con un repertorio que yo ya tenía, ya conocía, entonces por ese lado no hay problema, no es que fuera nuevo repertorio y ahí sentí mi dedo medio raro, pesado, híper-sensible en la punta y bueno, yo lo atribuí a falta de estudio. Después regresé al Festival de Culiacán en ese mismo año que nos invitaron a tocar y tuvimos un par de conciertos, en uno de los cuales volví a sentir mi dedo muy raro, muy torpe, había cosas que yo hacía y las percibía como algo extraño, sin embargo, mi compañero no lo notaba, él me decía que estaba todo bien, pero yo lo sentía claramente.

Y bueno pasó eso y yo regresé a ciudad de México y retomé mi tesis, pero me obsesioné con estudiar la guitarra, porque interpretaba que los problemas que había sentido se debían a mi falta de estudio., por lo que decidí incrementar el ritmo e imagínate el estrés por un lado y el aumento en la intensidad del trabajo. Eso fue en marzo de 2016, ya para septiembre de ese año tuvimos otro concierto en el CENART y a mitad del concierto el dedo índice se levanta, se pone rígido, creo que ha sido uno de los momentos más tristes de mi vida, más traumáticos porque yo dije ¿Qué onda con mi dedo? ¿Qué le pasa? El dedo se levantó de repente empecé a sudar, las luces me quemaban, una sensación muy fea porque dije ¿Qué me está pasando? Ahí comencé a pensar que definitivamente tenía algo, esto ya no es normal, ya no es falta de estudio y pues error mío, me seguí obsesionando

con estudiar, jamás me imaginé que tuviera distonía, yo sabía lo que era porque conocí a Marco De Biasi en 2001 cuando él tenía distonía, pero jamás imaginé que me fuera a pasar, ni que los síntomas que yo tenía fueran debidos a la distonía.

Pasó el tiempo yo estaba muy enfocado en mi tesis doctoral y le restaba mucha importancia al hecho de tocar. Ya en 2017 platicando con un amigo, me empezó a decir que él sentía cosas raras en su mano izquierda, se puso a investigar en internet y me dijo, creo que es distonía, ah caray, yo tenía entendido que la distonía tiene que ver cuando un dedo se queda dentro y en mi caso el dedo va hacia fuera, el dedo índice, yo no sé si sea distonía, yo lo he visto antes y no era así. Me quedé intrigado con eso y contacté con Marco De Biasi y le dije, siento esto, esto y esto y me dijo vamos a llamarnos por Skype y te comento lo que vea; entonces así lo hicimos y me dijo, yo creo que si tienes distonía, lo que pasa es que tu dedo medio está dentro y el índice sale para compensar, había olvidado que las primeras molestias tenían que ver con el medio, ahora estaba focalizado en el índice y se me había olvidado el medio, entonces Marco me recomendó que me diagnosticara con un médico especialista en distonía y él me contactó con el doctor Jaume Rosset de la clínica de Terrassa en Cataluña, hicimos una cita y sí, fui diagnosticado con distonía en mayo o junio de 2017, pasó casi un año para darme cuenta, nunca creí que fuera distonía.

JCJ: Y supongo que además del diagnóstico tuviste algún tratamiento posterior con el doctor Jaume ¿Qué nos puedes contar sobre esto? ¿Cuáles fueron las expectativas iniciales en cuanto a los tiempos? ¿Qué tipo de cosas trabajaste con él?

MGH: Si mira, yo fui diagnosticado en mayo de 2017 pero por lo que implicaba el gasto de ir a España y el costo del tratamiento en sí, tuve oportunidad de empezar hasta

noviembre de ese año, estuve una semana inicialmente y mi tratamiento con ellos fue de noviembre 2017 a noviembre de 2022, duré cinco años con el tratamiento.

En aquella época te mandaban a hacer como una mano con hierros y consistía en mover ciertos dedos cuando tocas a través del aprendizaje diferencial. El tratamiento había cambiado mucho de cuando Marco DE Biasi lo había hecho en 2001, lo que él me había contado que había hecho, la clínica ya no lo hacía, ya lo habían superado y me decían que con este nuevo tratamiento el porcentaje de recuperación era mayor, aunque siempre escuchabas que no existía un cien por ciento de porcentaje de recuperación.

JCJ: Es decir que tú estuviste trabajando con la férula y con aprendizaje diferencial

MGH: Si el aprendizaje diferencial son ejercicios que haces mentalmente para crear neuroplasticidad.

JCJ: Y ¿Cuál es la información que tú habías tenido respecto a lo que había trabajado Marco De Biasi con ellos?

MGH: Él fue de los primeros pacientes en tratarse con ellos de distonía, también utilizaba la mano de hierro pero en una versión más rústica y los ejercicios que hacía eran diferentes no tan específicos, por ejemplo, trabajaba con los arpeggios de Giuliani del 1 al 10 con metrónomo, escalas índice medio, cosas así, era algo muy mecánico con lo que él se curó, siempre trabajando con metrónomo, era un tratamiento completamente diferente. Conmigo era muy libre, no utilizar metrónomo, variaciones, tocar en posiciones distintas, moviendo la guitarra, siempre haciendo movimientos en tus dedos cuando tocas, entonces pues yo hice

ese tratamiento dos o tres años muy bien, pero después me empecé a sentir muy frustrado porque no tenía los resultados que esperaba, y me fui decepcionando y dejando poco a poco a pesar de que ellos me decían que seguía avanzando, pero yo no veía los avances que yo quería ver, que era que pudiera tocar como tocaba antes y seguía notando que mi dedo índice se levantaba mucho. Entonces lo fui dejando de hacer, mi vida cambió, nació mi hija, empecé a trabajar de tiempo completo, entonces digamos que la terapia pasó a un segundo o tercer término, ahora lo más importante para mí era mi hija y mi bienestar económico y pues fui dejándolo, empecé a ver otras opciones, yo siempre investigué mucho sobre la distonía, pregunté a muchas personas que se curaron, de hecho tengo muchos conocidos que se han curado con ellos; pregunté por otros tratamientos, sé que está el tratamiento del doctor Farías, es un español que vive en Toronto, pero no conozco absolutamente a nadie que se haya curado con él. Tiene una página en una plataforma en línea a la cual te suscribes, ofrece cursos, me suscribí y me pareció muy interesante lo que él proponía y empecé como a mezclar los dos tratamientos durante un año y medio aproximadamente y empecé a ver resultados, si vi resultados.

Tengo otro conocido que se curó con otro guitarrista español, no recuerdo su apellido, si quieres lo busco y te lo paso, él se curó básicamente con consulta psicológica. Por mi parte me fui decepcionando honestamente, me fui haciendo a la idea de que ya no iba a volver a tocar como antes y que tenía que hacer algo con lo que tenía, ya no podía hacer ciertas cosas, pero podía hacer otras y tenía que hacer algo con ello, sentía que había madurado mucho musicalmente, que el hecho de haberme alejado durante esos años de la guitarra me había permitido desarrollarme en otras cosas. Me hizo analizar más la música, creo que obtuve



otros beneficios como músico que quizás si hubiera seguido estudiando como lo hacía antes jamás los hubiera obtenido.

JCJ: Esto tiene que ver justamente con lo que te iba a preguntar ¿Cómo sientes que la distonía afectó a tu carrera profesional, durante cuánto tiempo y qué implicaciones tuvo?

MGH: Pues mira yo creo que me pasó en mi mejor momento, iba a hacer mi examen doctoral, tenía muchos proyectos, me sentía muy bien, salía mucho a tocar fuera del país y aquí también estaba yo en un momento en el que me sentía muy pleno la verdad, estaba por casarme y la verdad es que fue un golpe durísimo en primer lugar a mi ego, porque todos los planes que tenía, el disco que grabamos cuando tuve los primeros síntomas se iba a presentar en Bellas Artes y pues lo cancelé, bueno, en realidad lo pospuse porque pensaba que me iba a curar en un año y creo que fue uno de mis errores, yo estaba seguro que me iba a curar en un año, entonces todo lo reagenté para el siguiente año y me seguí presionando por tocar, por recuperarme...

JCJ: ¿Ya no grabaste el disco?

MGH: Sí, si lo grabamos, ya con un poco de distonía pero si lo grabamos. Fue muy duro honestamente, ver que tus compañeros siguen tocando y tú ya no puedes, a mi como que se me acababa el mundo en ese momento, estaba de muy mal humor, enojado conmigo, con mi esposa, con la vida, me daba pena dar clases, me sentía vulnerable de no poder dar ejemplos con las manos, estaba muy deprimido y muy enojado. Eso fue lo que sentía en ese momento, pero después fue pasando, con el paso de los años aprendí a tocar mejor, lo que tocaba lo analizaba, disfrutaba cada nota; intenté tocar otros instrumentos, intenté con la tiorba porque había escuchado de algunos compañeros que se habían curado con instrumentos de menor tensión y

lo intenté, pero honestamente no me atraparon los instrumentos antiguos, no disfruto su sonoridad, yo siento un amor muy grande por la guitarra, cuando toco la guitarra disfruto sus armónicos, si siento amor, me apasiona la verdad, me gusta mucho la música, me gusta mucho escuchar orquesta o piano, lo que sea, pero cuando toco la guitarra siento que mi cuerpo vibra y no lo sentí con ningún otro de los instrumentos antiguos que probé, entonces dije, voy a hacer lo que puedo con lo que tengo, empecé a leer nuevo material, cosas que siempre había querido tocar y dije pues voy a tocar para mí, no para un público ni para nada en particular, simplemente para escucharme a mí mismo. Creo que me salí de la pregunta que me hiciste perdón.

JCJ: No, no, tú sigue.

MGH: En el 2022 cuando yo hablo con Silvia Fábregas que era quien me daba seguimiento en el tratamiento de Terrassa, me dijo creo que sigues avanzando pero veo que llegamos a un punto en el que ya no tengo mucho más que decirte, me dijo que había una técnica nueva que se llamaba es como una corriente psicológica que había curado a muchos pacientes, que era una terapia que se hacía a través de los ojos y que trabajaba con traumas y cosas así; entonces me puse a investigar y encontré aquí en la ciudad de México a los responsables de esta técnica y entonces Silvia me dijo, pruébalo y me dices cuando estés listo y ya pasaron ocho meses y nunca le he llamado, y no lo he hecho porque me doy cuenta de que quizás yo no me he curado porque tenía muchas expectativas sobre cómo tendría que ser, cómo tendría que regresar yo a tocar y creo que eso es lo que no me permitió a mí realizar la terapia de la mejor manera, es decir, siempre había ahí un juez que checaba si estaba avanzando o no. Me costó mucho trabajo dejarme fluir y ahorita que estoy en la terapia, comencé

a meditar, comencé a hacer muchas cosas, pues me doy cuenta de eso, nunca me permití, porque una de las reglas era no juzgues tu mano, simplemente hazlo, pero inconscientemente yo la estaba juzgando siempre, al terminar la terapia diaria ahí había un juez que preguntaba sobre los avances y mi propio juez era el que decía, no hay avances, el dedo sigue saliendo, entonces toda esa información que le mandas a tu cerebro es muy negativa

JCJ: Eras muy duro contigo mismo

MGH: Soy muy duro sí, conmigo mismo y con las personas en general, entonces estoy aprendiendo a cambiar eso por mi bien, por el de las personas que me rodean y porque soy padre y no quiero transmitir algo así tan rígido ¿sabes? No quiero que mi hija me recuerde por eso ni mucho menos darle este legado, yo le digo, hija, disfruta lo que haces, juega en la escuela, no le digo sé la mejor, o cosas así, es una niña, prefiero que aprenda jugando, no son competencias la vida.

JCJ: Que eso suele pasarnos mucho como guitarristas.

MGH: Si, como no, la dinámica de guitarrista es muy competitiva a nivel mundial, entramos en una vorágine, los espacios son muy reducidos, vivimos en una especie de burbuja donde siempre es el mismo repertorio, concursar, concursar y al final estamos muy alejados de la música

JCJ: Si, cierto. ¿Cuáles consideras que pudieron haber sido las causas que detonaron este problema y hasta qué punto consideras que el tratamiento ha atacado dichas causas si es que lo ha hecho?

MGH: Mira yo creo que fueron múltiples, primero el estrés, el que tenía en ese momento por la tesis doctoral, no lo sabía controlar en ese momento, yo no sabía que era la meditación, creo que eso detonó la distonía, de pronto también

la obsesión, me obsesionó por ejemplo Recuerdos de la Alhambra, le gustaba mucho a mi papá y se la quería tocar y me obsesioné por el trémolo; entonces, estrés, obsesión por un aspecto técnico. También creo que teclear mucho, yo no sé teclear, o sea teclaba con dos dedos, no con toda la mano, creo que también fue ese trabajo en la computadora y ser muy rígido conmigo mismo, muy inflexible con como tendría que ser, como tiene que sonar la música. El tratamiento me ayudó, en el sentido del estrés yo creo que ahí ellos tienen un área de oportunidad, yo después lo hablé con ella, al principio ellos te piden que hagas una actividad previa antes de comenzar con los ejercicios, como hacer algo de deporte, hacer crucigramas, cosas que te favorezcan para crear cierta neuroplasticidad, o relajación o lo que ellos llaman preparación del cerebro, pero yo creo que si tendría que haber un espacio para liberar el estrés, yo también probé con Feldenkrais, se podrían implementar meditaciones enfocadas a la distonía, porque creo que si no liberas el estrés los ejercicios no te sirven de nada, si no eres capaz de liberarte del juez que está todo el tiempo juzgándote, no te sirven los ejercicios.

Lo de la computadora si lo ubicaron ellos y me recomendaron que escribiera con toda la mano, me dieron como un fierrito para teclear levantando el medio, entonces eso si lo atendieron y lo de la obsesión definitivamente no te sirve, es una de las causas que provoca distonía. Entonces yo diría que la mitad de las causas si las atendieron y yo supongo que todo esto a ellos les ha servido para ir mejorando. De hecho la semana pasada me contactó un guitarrista francés que quería hacer el tratamiento con Terrassa y yo le dije, si vas a hacerlo primero métete a meditar, ve con un psicólogo y después o paralelamente haz el tratamiento porque sino no te va a servir y bueno, pues ese es mi consejo, pero es muy personal. Lo cierto es que hay gente

que se ha curado sin ningún tipo de medicación, sin ningún tipo de psicólogo, cada caso es distinto, yo te hablo por lo que yo he vivido y por lo que siento que he tardado tanto y honestamente tengo la esperanza de recuperarme al cien por ciento.

JCJ: Ya nos has hablado sobre algunas cosas como el aspecto psicológico, la meditación, ¿Hay algunos otros elementos que consideres importantes para el tema de la recuperación?

MGH: Mira yo hice mucho tiempo Feldenkrais, es una técnica de consciencia corporal, creo que eso es muy importante, puede ser técnica Alexander, Tai Chi, Chi Kung, etcétera, creo que hay varias opciones. Algo bien importante es hacer ejercicio, si tú liberas la dopamina, la endorfina y luego haces el tratamiento eso es genial.

JCJ: Y que a veces somos muy sedentarios como guitarristas ¿no?

MGH: ¡Claro!

JCJ: Desde el punto de vista psicológico ¿Cuáles pudieron haber sido algunos elementos complicados a trabajar en este proceso, o viceversa, cuáles pudieron haber coadyuvado a la recuperación?

MGH: Creo que tienes que dejar de ser tú, reinventarte, me gusta mucho algo que maneja el budismo que dice: “Las cosas no son como tú quieres que sean”, trasladándolo a la guitarra, tú quieres tocar como antes pero dice el budismo, observa a tu alrededor, abraza ese sufrimiento, reconócelo, no lo esquives, me duele no tocar esto, me duele no presentarme en un escenario, me duele quedarme atrás de mis compañeros, que sé yo.

JCJ: Dice el budismo soltar el aferramiento

MGH: ¡Claro! Es decir, ve todo tu alrededor y esto es lo que hay, entonces si puedes tocar otra cosa pues tócala y disfrútala, no te lamentes, déjalo ir y enfócate en lo que hay, concéntrate en el ahora, no en el mañana, no en el ayer, ahora. Es fácil decirlo, pero llevarlo a la práctica es otra cosa, creo que un tratamiento que se enfoque a la psicología podría ayudar mucho, sobre todo con estos bloqueos que hay relacionados con lo que eres, con lo que quieres ser, o con lo que fuiste, somos seres impermanentes, con cambios constantes y queremos permanecer en lo que éramos.

JCJ: ¡Definitivamente! Te pregunto ¿El miedo apareció en algún momento en este proceso?

MGH: ¡Como no! Claro, al principio sobre todo aparecen muchos miedos, no podré volver a tocar como antes, nunca voy a volver a tocar, nunca voy a volver a un escenario, qué van a decir mis alumnos, mis compañeros. Al comienzo principalmente, ya después a todo el mundo le dije que tenía distonía, pero en un primer momento si tenía miedo.

JCJ: Claro, y ¿Cómo cambió tu visión de la guitarra y de la música en general todo este proceso?

MGH: Pues yo diría que es una oportunidad, me ayuda mucho para dar clases no utilizar el instrumento, cantar, tocar un poco el piano, tengo una visión más amplia de la música porque no te enfocas en los dedos, lo haces más en el discurso musical y además te da más tiempo de informarte. El hecho de no tener que estudiar tres o cuatro horas diarias te permite que tengas tiempo para tomar un libro y empezar a investigar sobre otras cosas, no sé, la forma sonata en el periodo clásico por ejemplo, y lo importante es que no es únicamente la teoría, sino que después puedes empezar a trasladar esa teoría a tu práctica.

JCJ: Nos comentaste que estuviste haciendo tu tesis doctoral ¿Te puedo preguntar cuál fue la temática de tu tesis?

MGH: Fue una edición crítica de una obra de Julián Carrillo; eso se me pasó comentarte, también empecé a tocar guitarras para este tipo de música.

JCJ: Preparadas para el microtonalismo

MGH: Exactamente, en cuartos de tono y en tercios de tono, entonces eso representó un cambio previo a la aparición de la distonía, los trastes se hicieron más pequeños, como yo tocaba en cuartos de tono, los trastes eran la mitad del tamaño, eso me provocó una tendinitis en la mano izquierda y a los meses fue que comenzó la distonía. Creo que es algo que también suele suceder a los distónicos, que previamente desarrollaron una tendinitis, aunque en mi caso fue en distinta mano. Y retomando tu pregunta, si, ese fue el tema de mi tesis, de hecho unos meses antes toqué la obra de Carrillo con la Orquesta de Michoacán y todo había salido muy bien, por eso te digo que estaba yo en un momento muy bueno, fui a tocar ese año a Basilea, de hecho ahí vi a tu hermano. En el 2015 fui a dar un taller sobre Julián Carrillo, y después pasó todo tan de repente, uno tenía tantas expectativas y ¡pum!

JCJ: ¿Algo más que quisieras compartírnos Mario, para los posibles lectores de este libro, quizás músicos algunos de ellos que pudieran estar pasando por una situación similar como causa de su propio ejercicio profesional?

MGH: Pues yo les diría primero que tuvieran calma, que el mundo no se va a acabar, que la guitarra ahí va a estar, que la música es infinita, que va a estar ahí cuando tú la necesites y que no necesariamente es con una guitarra o con un instrumento, para empezar tenemos nuestra voz, y sino podemos hacer música de muchas maneras, pero lo más

importante es mantener la calma, saber que hay una cura y que ésta depende de tu estabilidad emocional, de que estés tranquilo, si estás frenético por regresar, por retomar tu carrera, entonces te vas a tardar mucho, mejor con calma, ve con los especialistas. Yo conozco personas en Francia y en Alemania que se han inyectado botox, por lo que yo he visto, en donde más personas se han recuperado es en Terrassa, entonces si puedes ir con ellos está bien, ve ahorrando, vende tu guitarra si quieres, o tu instrumento, después te puedes comprar otro, atiéndete y debes saber que hay una cura y que además la ciencia evoluciona todos los días, se corrige a sí misma todos los días. Entonces, si hoy no está bien eso, o no te funcionó, mañana puede haber algo distinto, no caigas en el frenesí de retomar tu carrera como antes, disfruta esta pausa para enriquecerte de otras maneras y llévalo con calma para que tu regreso sea como esperas.

JCJ: Perfecto, pues bueno Mario ¡Agradezco muchísimo todo lo que nos compartiste en esta charla y de verdad creo que tu testimonio va a ser una gran aportación en este proyecto!

MGH: Al contrario Julio, creo que tu libro será una gran aportación y aquí estoy dispuesto para lo que necesites, en especial si ello puede ayudar a otras personas para que no tengan que pasar por donde hemos pasado nosotros.



## Testimonial de Juan Carlos Aguilar

### CONTEXTO

Mi experiencia con la distonía focal ha sido una oportunidad de aprendizaje y crecimiento que he podido capitalizar de distintas maneras y creo que en mi caso el balance final ha representado una ganancia en comparación al acercamiento que tenía tanto con el instrumento, la música, mi cuerpo y mi mente, antes de que la distonía se presentara. Para poder hablar de esta experiencia considero importante hablar de mi relación con la guitarra y la música que, como en cualquier otro caso, ha tenido sus particularidades.

Desde los 17 años he tenido la fortuna de aprender de grandes maestros tanto en México como en Europa, he buscado que mi formación (que nunca termina) sea sólida, amplia y profunda con una licenciatura, una maestría y un posgrado, y he podido forjar relaciones y amistades con músicos de primer nivel con quienes he podido compartir experiencias de colaboración y aprender de ellos.

Sin embargo, el rasgo más notable que diferencia mi trayectoria con la de mis colegas músicos es que yo no resuelvo mis necesidades materiales a través de la música sino a través de un trabajo regular en el mundo corporativo en industrias no relacionadas con la música o las bellas artes.

Tengo la fuerte impresión que esta diferencia ha jugado roles importantísimos tanto en el desarrollo de la distonía como en el proceso de rehabilitación y recuperación, pues en los casi 30 años que tengo combinando estas

actividades siempre he buscado mantenerme a mi más alto nivel como guitarrista clásico.

En este sentido, mi nivel de autoexigencia también ha sido muy alto y, en ocasiones, excesivo e injusto. Reconozco que la mayor parte de las veces esta autoexigencia ha rendido frutos que atesoro (los más altos reconocimientos académicos, premios en concursos nacionales e internacionales, invitaciones a presentarme como concertista en festivales importantes dentro y fuera de México), pero no dejo de ver que también me ha “pasado factura” afectando el disfrute de mis propias ejecuciones, juzgando mi desempeño con criterios objetivos pero a la larga reduccionistas, y no pudiendo o no sabiendo moderar mi exigencia cuando otros aspectos de la vida han demandado mi atención, tiempo e involucramiento emocional.

Con este preámbulo no es difícil adivinar por dónde conduciré esta narrativa: la distonía focal comenzó a presentarse y posteriormente se confirmó en períodos de excesiva autoexigencia y de poco o nulo autoreconocimiento. Asimismo, parte importante de la recuperación ha radicado en aprender a reconocer estas situaciones y a balancearlas de mejor manera.

## DESARROLLO DEL PADECIMIENTO

Del año 2008 al 2010 estuve dedicado de lleno a la música realizando una maestría en Austria y estudios privados en Italia, mi trabajo corporativo me permitió ahorrar durante seis años para poder llevar a cabo este proyecto. A su término, decidí por distintas razones regresar a México a buscar nuevamente un trabajo corporativo que no solo permitiera balancear mis finanzas sino también balancear a lo que llamo sin rigor científico “mis hemisferios

cerebrales” (mi lado pragmático, analítico, racional y mi lado sensible, creativo, imaginativo, emocional).

Al poco tiempo, tuve a bien encontrar un trabajo en los Estados Unidos que mi curiosidad y sentido aventurero no dudaron en aceptar. La experiencia fue mixta: la parte laboral tuvo una notable contribución en actualizar a modo de repaso mis capacidades técnicas después de tres años fuera del medio, sin embargo, la cultura organizacional la puedo calificar como terrible y la compensación como discordante con mis capacidades, experiencia y con la expectativa generada durante el proceso de contratación e inducción a la organización.

Sin embargo, la vida fuera del trabajo tuvo sorpresas maravillosas pues en el aspecto social pude desarrollar varios círculos de amistad muy profundos (incluso dentro del trabajo) que además del valor de la amistad y de múltiples experiencias vitales, también me motivaron y ayudaron a fomentar mi actividad como músico colaborando con otros músicos de talla internacional.

La mezcla pudo encontrar su equilibrio: Las altas cargas de trabajo, la cultura laboral tóxica, la situación financiera cotidiana discordante, la lejanía con la familia y amigos de toda la vida, eran compensadas por una creciente actividad musical y nuevos círculos de amistad prometedores que, aunque en muchos casos se afianzaron al paso de los años, en aquel momento no contaban aún con las bases necesarias para la confianza plena, las confidencias o la intimidad.

Al intentar mejorar mis condiciones laborales y flexibilizar una rígida situación migratoria que me ataba a esa empresa, opté por estudiar una maestría en negocios que, sin subestimar el valor intrínseco que esos estudios tienen, representó en el momento personal una pérdida del

equilibrio alcanzado, una demanda excesiva al combinar trabajo, estudios, trabajos en equipo, etcétera, un endeudamiento brutal, y el aplazamiento de mis proyectos personales, incluyendo los musicales y sociales. Las horas dedicadas a la guitarra se redujeron dramáticamente pero no así la exigencia que se manifestaba en la búsqueda de la calidad de la interpretación y la dificultad del repertorio.

La maestría duraba cuatro semestres y fue aproximadamente en el segundo que empecé a notar que el dedo anular de la mano derecha no respondía adecuadamente, sin embargo, cuando tenía la posibilidad de hacer ejercicios técnicos “fríos” o meramente mecánicos, el dedo comenzaba a responder adecuadamente. Durante unos dos años atribuí la falta de respuesta a la falta de estudio.

Al concluir el primer año de maestría decidí regresar a México pues se presentó una oportunidad laboral muy atractiva y que me ayudaría a “resetear” las bases de mis proyectos de vida. El segundo año de maestría tuvo los retos de realizar la mudanza, aprender un nuevo trabajo con personas nuevas, realizar unos 33 viajes para asistir a las clases, organizar los trabajos en equipo online en un mundo pre-covid, enfrentar la liquidación de la deuda adquirida, lidiar con unos meses de bancarrota en el que liquidé prácticamente todos mis activos excepto mis instrumentos.

Los niveles de estrés que seguramente estaban acompañados de una química cerebral llena de cortisol y adrenalina, con una disminución notoria de serotonina, dopamina y oxitocina, fueron muy prolongados e intensos, y naturalmente alteraron mi metabolismo, mi ciclo de sueño, mi alimentación, durante todo ese tiempo. Sin embargo, nuevamente, el nivel de autoexigencia con la guitarra no disminuyó. Al término de la maestría, que viví

más como una liberación que como un logro, mi impulso fue el de buscar recuperar el tiempo perdido: retomar horas de práctica musical y guitarrística, estudiar instrumentos antiguos (laúd, vihuela y tiorba) desarrollando las técnicas propias, recuperar el idioma alemán e italiano, aprender japonés (la nacionalidad de mi empleador en México, así como la de mi jefe), hacer ejercicio, planificar viajes, etcétera.

La realidad es que mi cuerpo se encargó de demostrarme que lo que realmente necesitaba era un buen descanso, una descarga de todas las presiones que había estado cargando, un proceso de duelo ante las renunciadas y aplazamientos. El cuerpo fue sabio y gentil y solamente me lo manifestó a través de la reactivación del virus latente de la varicela con un brote de herpes zóster. El dolor físico me obligó a descansar y me enseñó que, a pesar de ser de los dolores más fuertes que he experimentado, no se comparaba en nada al dolor emocional que traía. Esas conclusiones tardaron un tiempo en gestarse y asimilarse, en aquel momento descansé con la guitarra a mi lado y con mi propia exigencia.

Para 2015, tocar la guitarra se sentía diferente, no lograba encontrar una posición de mi mano derecha que me acomodara, el anular era claro que no respondía adecuadamente. Por mi mente pensé en la posibilidad de la distonía focal pero la idea afianzada de los años en los que no pude dedicar las horas al instrumento terminó por opacar esa sospecha. Durante la segunda mitad de ese año decidí embarcarme en un proyecto personal de recuperar TODO mi repertorio realizando grabaciones con un gran ingeniero de sonido que considero mi hermano, Roberto de Elías. Unas catorce o quince horas de repertorio, 15 minutos grabados por semana con sesiones de unas 4 horas de duración en el estudio de grabación. A este proyecto

se unió el de mi boda, unos meses más tarde, un proyecto laboral con el mismo empleador que fue sumamente demandante que coincidió con el momento de convertirme en papá.

Ya para entonces, la respuesta de la mano derecha al tocar la guitarra era marcadamente sintomática: el anular se contraía hacia la palma de la mano mientras los músculos de distintas regiones de ésta se tensaban, y si buscaba yo conscientemente relajarla, entonces el anular terminaba totalmente extendido. Ahí supe de forma intuitiva que se trataba de distonía focal.

## DIAGNÓSTICO

Mi queridísimo amigo y extraordinario guitarrista, el maestro Jaime Soria me mencionó del trabajo que se estaba haciendo al respecto en el Institut de Fisiologia i Medicina de l'Art – Terrasa (Cataluña, España) con quienes agendé una cita por videoconferencia en noviembre de 2017.

El doctor Jaume Rossett me realizó algunas pruebas a distancia estando yo con guitarra en mano y pudo confirmar el diagnóstico. Me explicó que el padecimiento es meramente organizativo y no es ni físico (algo que esté en las manos, dedos, conductos nerviosos) ni degenerativo, que la solución está en la reprogramación de las señales que el cerebro da a la mano y dedos, y me lo demostró de una forma clarísima: me pidió en primera instancia que tocara una escala involucrando el dedo afectado que naturalmente realicé de forma accidentada y en segunda instancia me pidió que hiciera lo mismo pero que simultáneamente fuera en voz alta restando el número diecisiete a un número dado y al resultado volver a restar 17, repitiendo sucesivamente la operación. El resultado

me sorprendió: ¡la ejecución de la escala no tuvo mayores problemas!

Quedé muy satisfecho con la consulta y el diagnóstico por lo que comencé a planificar el tratamiento que involucraba un par de viajes al instituto, y por compromisos laborales tuve que ir postergando el viaje. En una conversación con mi querido y admirado amigo, el doctor Julio César Jiménez, me comentó sobre una doctora que atendía la distonía focal de músicos en Ciudad de México con muy buenos resultados. Fue entonces que me dio los datos de la doctora Sandra Romo quien atendía a escasos 5 kilómetros de mi casa.

## TRATAMIENTO

Inicié tratamiento en abril de 2018. El proceso, el acompañamiento, la instrucción y la toma de consciencia comenzaron a dar excelentes resultados. Identificamos problemas posturales en general y no solo con el instrumento, encontramos algunas alteraciones estructurales consecuencia de los problemas posturales combinados con mi propia constitución, tensión en distintas partes del cuerpo tanto en músculos, fascia, etcétera. Músculos débiles o en desuso, e incluso identificamos manifestaciones de algunos problemas en algunos músculos o regiones que terminaban siendo víctimas de problemas generados en otros lugares.

En cuanto a la mano derecha, si bien yo estaba convencido que el problema estaba enfocado en el dedo anular, pudimos identificar que al menos los dedos medio, anular y meñique ya presentaban problemas: la pulsación de una cuerda con el dedo medio venía acompañada de una extensión simultánea y no controlada del dedo meñique, pudimos también observar cómo al intentar mover solamente un dedo el resto de los dedos se movían

involuntariamente, la mano estaba llena de esos movimientos “parasitarios”.

El tratamiento atendió de forma holística una gran cantidad de factores: ejercicios para la sensibilización de las manos y dedos, ejercicios de estimulación o inhibición de ciertos movimientos, eliminación de movimientos involuntarios y parasitarios, reactivación de músculos en desuso, aplicación y aprendizaje de masajes para eliminar estrés, ejercicios de calentamiento, estiramiento y relajación, ejercicios para fortalecer y favorecer posturas más saludables con y sin el instrumento, abarcando cabeza, cuello, espalda, brazos, cintura, piernas, pies; ejercicios para levantarse, sentarse, acostarse, para descansar el cuerpo. Participé también en un curso de consciencia corporal organizado por Sandra que involucró a distintos especialistas donde aprendimos principios de Técnica Alexander, movimiento somático, principios de eutonía, anatomía vivencial y ahorro energético, entre otros. Adicionalmente, continuaba yo con mi trabajo en terapia psicológica que me ha ayudado a moderar mis niveles de exigencia, mejorar el establecimiento de prioridades, balancear los distintos aspectos de mi vida y demás.

Al listar todos estos aspectos del trabajo realizado pudiera parecer abrumador, sin embargo, su desarrollo resultó muy natural y orgánico acompañado también del desarrollo de una amistad con Sandra y su familia, así como con otros pacientes de Sandra como mis ahora entrañables amigos Eduardo Castañón y Araceli Pérez Vizuet. Lo que quiero transmitir es que la experiencia del proceso resultó muy disfrutable y tuvo muchos beneficios adicionales no esperados.

En cuanto a la guitarra, la distonía y la técnica, repito textualmente parte del primer párrafo de este escrito:



creo que en mi caso el balance final ha representado una ganancia en comparación al acercamiento que tenía tanto con el instrumento, la música, mi cuerpo y mi mente antes de que la distonía se presentara.

Desde antes de iniciar el tratamiento con Sandra, había decidido desarrollar una técnica diferente “jubilando” al dedo anular excepto en acordes y arpeggios ascendentes en donde la distonía representó un obstáculo menor. Esto me permitió abordar la mayor parte de mi repertorio sin mayores contratiempos, pero también demandó una renuncia (que al final resultó ser temporal) a cierto repertorio que involucran técnicas como el trémolo y arpeggios descendentes con velocidades demandantes. Haber incurrido en el estudio de instrumentos antiguos en donde el anular prácticamente no se usa me mostró y motivó a desarrollar esa técnica.

Por otro lado, el trabajo con Sandra rehabilitó mi dedo anular a un 90% (pudiendo ser menor según el día) pero mejor aún, me ayudó a corregir posturas y movimientos, eliminar vicios, minimizar tensión negativa, entablar una relación con la música y el instrumento más orgánica, disfrutar más mis propias ejecuciones, e incluso puedo hacer cosas ahora que técnicamente antes no me eran posibles. Adicionalmente, pude aprovechar ese tiempo de no poder tocar guitarra para reforzar otros aspectos musicales como la teoría, la audición externa e interna, profundizar en el campo de la dirección de orquesta, dar nuevos significados a la interpretación.

## CONCLUSIÓN

La distonía focal es un padecimiento real que es tratable y las probabilidades de mejoría van aumentando

en la medida que más especialistas se involucran en su investigación y tratamiento. En mi caso, creo que la manifestación de ésta tuvo orígenes multifactoriales combinando problemas de postura, técnica, estrés sostenido, niveles insanos de autoexigencia, entre otros. Asimismo, creo que mi padecimiento fue tal vez leve y tuve muchos puntos a mi favor: el dedo anular de la mano derecha es de por sí el dedo menos utilizado en la técnica de guitarra clásica tradicional (considerando que el meñique de esa mano simplemente no participa), tuve la fortuna también de contar con el consejo de amigos familiarizados con el tema para acudir a los especialistas indicados para el diagnóstico y tratamiento, jugó también a mi favor el no depender de la guitarra para mi subsistencia y poder tomar el proceso de acuerdo a mis tiempos y posibilidades (pero este mismo aspecto también jugó un papel importante en la aparición y desarrollo del padecimiento).

Una vez que tuve el diagnóstico pude asumir el punto en el que me encontraba y tomar decisiones a partir de eso me ayudó a evitar autocuestionamientos inútiles y una posible depresión. Si bien cada vez que toco la guitarra puedo sentir que el anular no responde igual que el resto de los dedos (a veces más, a veces menos), esto ya no representa motivo de frustración ni obstáculo alguno para ejecutar el instrumento y el repertorio a un nivel profesional que me permita expresarme y disfrutar de mi actividad como músico. Lo que gané como guitarrista, músico y persona supera por mucho las pérdidas.

**CAPÍTULO VIII**  
**LA PERSPECTIVA MÉDICA**



## La perspectiva médica

*La ciencia comienza ahora develar sus verdaderos rostros.  
No es la diosa bienhechora que glorificaba el antiguo cientificismo,  
ni el ídolo ciego que denunciaban los adoradores de antiguos ídolos.*

*Edgar Morin*

En este último capítulo presento un par de entrevistas realizadas a dos especialistas en medicina del arte, el doctor Jaume Rosset I Llobet y la fisioterapeuta y cadenista muscular Sandra Romo. Cada uno de ellos nos habla sobre su experiencia clínica en la atención de la distonía focal durante varios años y nos comparte la perspectiva médica que está detrás de su práctica profesional.

En este caso es interesante, como en el capítulo anterior, identificar las similitudes y las diferencias entre los dos participantes, podemos percatarnos de que cada uno de ellos nos habla desde un posicionamiento teórico y sobre todo desde una pasión y una vocación médica que han desarrollado a lo largo de muchos años de ejercicio profesional; es posible incluso percibir en ambos especialistas motivaciones personales y momentos de encrucijada en sus vidas que los llevaron a especializarse en la medicina del arte, conscientes de su papel de pioneros en esta área del conocimiento. De esta manera se hace evidente que la ciencia es, siguiendo a Morin en ello (1984), en última instancia

humana, en su origen, en su motivación y en sus resultados, más allá de sus características objetivas como “ciencia dura”.

### Entrevista a Jaume Rosset I Llobet

JR. Hola Julio César, respondo a tus preguntas mi nombre es Jaume Rosset I Llobet, tengo 58 años, mis formaciones son doctor en medicina y cirugía, especializado en la medicina de la educación física y el deporte y también en traumatología y cirugía ortopédica y me he ido especializando desde el año noventa y uno en medicina del arte, esos son básicamente mis estudios.

JCJ. ¿Cuántos años tiene especializándose en rehabilitación de lesiones en los músicos y cuántos años tiene atendiendo casos de distonía focal específicamente?

JR. Bueno, yo empecé a atender músicos en el año noventa y uno, por lo tanto, hace treinta y dos años; primero en el Hospital General de Manresa, que es donde yo estaba trabajando como traumatólogo en ese momento, ahí después de un tiempo de trabajo e ir compaginando la atención a músicos con pacientes de traumatología normal y crear un equipo para atender bien a los músicos, conseguimos crear la primera unidad oficial que existió en España para atender músicos en 1996, aunque ya desde el año 91 trabajábamos con músicos.

En el 99, tres años después, cambian el gerente del hospital, quien cierra la unidad de atención a músicos y entonces nosotros decidimos abrir la clínica de Medicina y Fisiología del Arte en Terrasa. Desde entonces me dedico a la atención exclusivamente

de artistas escénicos, especialmente a músicos y ya no más en el hospital, únicamente en la clínica.

JCJ. ¿Cuántos años tiene dedicándose a la distonía específicamente?

JR. Bueno pues el primer paciente que vi de distonía fue al poco tiempo de atender a músicos y esto fue en el año noventa y dos.

JCJ. Podría comentarnos aproximadamente ¿cuántos pacientes de distonía ha atendido en estos años y qué porcentaje de recuperación ha obtenido con ellos?

JR. Hemos tratado prácticamente a mil músicos de distonía en todos los instrumentos, desde los más frecuentes como pueden ser la guitarra o el piano, hasta los menos frecuentes como las castañuelas, el banjo etcétera. Y el porcentaje de recuperación y cuando decimos recuperación, nos referimos a curación completa, es decir, restitución al cien por ciento de la capacidad de tocar sin necesidad de seguir con restricciones, ejercicios o precauciones, ha variado con los años, ha ido mejorando con los años y varía un poco de un instrumento a otro, en general, es un poco mejor en los instrumentos de viento con embocadura, pero en promedio ronda el ochenta por ciento.

JCJ. ¿Cuál es el tratamiento que utiliza para atender este trastorno?

JR. Es un tratamiento complejo que se forma de diversas estrategias; el primero es el , que pretende hacer creer al cerebro que no estás tocando un instrumento cuando en realidad si lo estás haciendo y practicando sobre él, para así de esta forma tener oportunidad de acceder a los diferentes automatismos y modificarlos; tenemos también una técnica

que se llama aprendizaje diferencial, diseñado para mejorar el rendimiento de los atletas, nosotros cuando la conocimos vimos que puede ser especialmente interesante para facilitar el proceso de neuro-rehabilitación de los músicos con distonía, que consiste en desestabilizar los automatismos, a base de introducir errores deliberados, sistemáticos y muy frecuentes en la ejecución. Esto se complementa con muchas otras cosas en cada caso, en algunos pacientes puede ser trabajo psicológico, cognitivo, en otros el trabajo físico, la elastificación de estructuras; en algunos otros casos, utilizamos técnicas de neuro-modulación a través de estimulación eléctrica transcranial, por mencionar algunos..

JCJ. ¿Cómo se ha modificado con el paso del tiempo su percepción de esta enfermedad y de su tratamiento a raíz de su experiencia y del propio avance en el estado del arte sobre la misma?

JR. Bueno, ha cambiado mucho, ya sería triste que después de más de treinta años de darle vueltas, investigar y trabajar siguiéramos viendo las cosas igual y tratando a los músicos igual; básicamente el cambio esencial es darse cuenta de que la distonía acaba siendo el producto de un desajuste entre la capacidad de adaptación que tienen los automatismos de ese músico y las exigencias de adaptación a las que se ve sometido. Si el músico tiene una vida muy placentera, con pocos altos y bajos, con pocas necesidades de cambio de ritmo, de cambio de instrumento, cambio de repertorio, cambio de profesor etcétera, probablemente va a tener pocos problemas. Pero si tiene algunos automatismos debido a su forma de ser, a su genética, a su comportamiento, a como ha practicado, a sus profesores rígidos, muy poco adaptables, con poco trastorno que le pase en su vida va a poder desarrollar una distonía. Esto es esencial para la prevención, pero también a la hora de la



curación si partimos de la base de que el problema está en los automatismos y que estos automatismos son rígidos, cualquier estrategia que flexibilice estos automatismos va a facilitar la neuro-rehabilitación y es por eso que desde hace unos diez años, hemos incorporado a nuestro tratamiento el aprendizaje diferencial, para facilitar esta flexibilización de los automatismos.

JCJ. ¿Cuál o cuales serían las causas que se tiene identificadas para la detonación de la distonía?

JR. Lo acabo de decir en la pregunta anterior, las causas es la conjunción de dos factores en una ecuación: la capacidad de absorción de adaptación que tienen los automatismos que implica tocar un instrumento, y las exigencias de adaptación a las que se ve sometido. Las exigencias de adaptación pueden ser de todo tipo y muy variadas de un músico a otro. En algunos músicos los factores detonantes son muy instrumentales, comprarse un instrumento nuevo, cambiar de repertorio, prepararse unas oposiciones, una grabación, practicar o superar unos niveles de exigencia determinada, en otros, son factores mucho más emocionales-cognitivos, un periodo de estrés, una enfermedad familiar, problemas económicos, la separación de la pareja, una depresión; otras veces son problemas físicos, una enfermedad, una lesión, una tendinitis, una operación, una fractura, lo que sea y la mayoría de las veces es una conjunción de todos esos factores.

Pero la causa básica es ser un músico de alto nivel, que tiene automatismos bien confeccionados, muy refinados y que se ven sobrepasados en la capacidad de adaptación en un determinado momento ¿Qué es la capacidad de adaptación? Pues nosotros cuando construimos un automatismo, lo construimos para resolver eso en concreto, hacer esta concatenación de

movimientos para que suene de esta forma determinada. Si nosotros tuviéramos que tener automatismos para todas las cosas complicadas que tenemos que hacer necesitaríamos demasiados automatismos y en realidad el cerebro se las apaña para que estos automatismos se puedan compartir y que aquel automatismo que fue creado para resolver siga funcionando y tenga capacidad para resolver también. Bueno, si ésta A la queremos adaptar demasiado bruscamente, o el automatismo es demasiado rígido, pues se va a “romper” y eso es lo que causa la distonía.

JCJ. ¿Se tiene identificado si hay mayor propensión a sufrir esta enfermedad en algunos instrumentistas más que en otros?

JR. Sí. Aquellos que tengan una vida muy desarreglada, con una gran necesidad de altos y bajos y de adaptaciones, serán más propensos, y aquellos músicos perfeccionistas, obsesivos, e instrumentistas muy metódicos que necesitan hacer unas rutinas determinadas siempre de la misma forma van a ser también más propensos; pero ya hemos dicho antes que es la conjunción de las dos cosas, por lo tanto, cuanto adaptación pido y cuánto me puedo adaptar es lo que va a determinar que aparezca o no aparezca.

JCJ. ¿Existe una propensión mayor en función de la lateralidad de la persona?

JR. No, no lo hemos visto. Con más de mil músicos analizados no hemos visto que esto sea así.

JCJ. ¿Existe una propensión mayor en función del sexo?

JR. Sí. Las mujeres tienen mucha menos distonía del músico; mucha menos quiero decir una proporción de una a siete, de cada siete varones que tiene distonía hay una mujer; esto no es debido a que toquen menos, menos proporción, menos nivel, que haya más hombres que tocan ese

instrumento, no. Esto es, debido, a través de las investigaciones y publicaciones que hemos hecho, a aspectos hormonales; el ciclo hormonal de la mujer tiene altos y bajos y esto modifica las redes cerebrales y neuronales y las hace más flexibles y esto las hace menos propensas a tenerla; de hecho la gran mayoría de las mujeres cuando tienen distonía, se suele relacionar con periodos en los cuales este ciclo hormonal de la menstruación, se ve alterado por la menopausia, por el embarazo, por una enfermedad ovárica que hace que estos ciclos desaparezcan o se hagan más largos, etcétera.

JCJ. Desde el punto de vista médico ¿Qué relación guardan los aspectos psicológicos en la detonación de la enfermedad?

JR. Bueno, ya hemos dicho que los aspectos psicológicos son algunos de los detonantes, o pueden ser incluso el detonante principal en muchos músicos, o también por otro lado, el comportamiento del músico, cual es su estructura psicológica, cual es su manera de enfrentar las dificultades, también va a ser un factor que va a facilitar o va a dificultar que aparezca la distonía. Y evidentemente una vez que apareció la distonía, los aspectos psicológicos van a ser muy relevantes, casi todos los músicos cuando aparece la distonía se deprimen, se angustian y eso empeora los síntomas, si esto es suficientemente importante y no se aborda el tratamiento de la distonía va a ser muy complicado.

JCJ. ¿Existiría algún otro factor de índole familiar, económico, psico-social que se relacione con la aparición de la distonía?

JR. Sí. Ya hemos dicho antes que cualquier cosa que desestabilice, la puede detonar, una separación familiar, la muerte de un familiar, los problemas económicos, que te echen del trabajo; cualquier cosa que te desestabilice puede detonar

una distonía y no tiene porque ser exclusivamente desestabilizantes musicales o relativos a tu actividad, pueden ser desestabilizantes de toda índole que te afecten.

JCJ. ¿Alguna otra cosa que le gustaría añadir?

JR. Creo que has tocado bastantes cosas cruciales y básicas y por tanto yo lo dejaría hasta aquí.

JCJ. ¡Muchas gracias doctor Jaume por sus respuestas puntuales y generosas y por la aceptación para participar en este proyecto!

R. ¡Venga!

## Entrevista a Sandra Romo

JCJ: Bienvenida Sandra, muchas gracias por aceptar esta entrevista.

SR: Al contrario, la agradecida soy yo.

JCJ: ¿Nos podrías decir tu nombre completo, edad y área de especialidad médica?

SR: Sandra Beatriz Romo Figueróa, soy fisioterapeuta, estudié en el Centro Médico ABC y estudié medicina física y rehabilitación, así se llamaba en ese entonces la carrera, pero en realidad es una licenciatura en fisioterapia.

JCJ: Quisiera preguntarte Sandra ¿Cuántos años tienes dedicándote a la rehabilitación en los músicos y cuántos años en la distonía focal específicamente?

SR: Empecé a ver pacientes músicos en el 2005 y en el 2010 a pacientes con distonía cinco años después, entonces 18 años atendiendo a músicos y 13 a pacientes con distonía.

JCJ: ¿Tienes un aproximado de los pacientes con distonía que has atendido y el porcentaje de recuperación que has tenido con ellos?

SR: Pues mira de los pacientes que he visto, que han llegado conmigo por distonía, yo creo y digo creo, porque no me atrevería a hacer una estadística, a veces uno como experto le hace falta la parte de la investigación, eso se queda en el consultorio, se queda en lo clínico como bien dices, en la parte experiencial, entonces no tengo un dato exacto pero de manera aproximada te puedo decir

que he recibido alrededor de 250 casos, de los cuales no puedo decir que los he tratado a todos, muchos de ellos han tenido un primer acercamiento pero no han llevado un tratamiento propiamente. Los pacientes músicos con distonía representan aproximadamente un 10% de mis pacientes músicos en general, de los pacientes distónicos que valoré inicialmente y que se quedaron realmente en tratamiento serían aproximadamente unos cincuenta y de ellos los que yo hubiera dado de alta representarían un 50%. Algunos que yo di de alta propiamente y algunos otros que me enteré posteriormente que se habían recuperado y que luego se comunicaron conmigo para agradecerme. Algunos de ellos probablemente han trabajado con alguien más antes de su recuperación pero de cualquier manera se han comunicado conmigo y me han comentado que les sirvió mucho lo que trabajamos. Entonces digamos que de esos 250 se han quedado a trabajar conmigo un 20% y de ellos un 50% ha logrado su recuperación, ya sea que yo los haya dado de alta o que lo hayan conseguido de manera posterior.

En una clínica que tú des de alta a un paciente, eso es rarísimo, eso hay que tenerlo en cuenta porque las personas tienen un esguince, deja de dolerles y dejan de venir y luego te enteras que ya se rehabilitaron y les preguntas ¿Por qué ya no regresaste? Pues porque ya me sentía muy bien; entonces que yo pueda contabilizar son esos porque luego me entero, pero también ese es un dato que hay que tomar en cuenta.

JCJ: Muy bien, muchas gracias Sandra. ¿Cuál es el tratamiento que utilizas para rehabilitar este trastorno del movimiento y en qué consiste?

SR: Actualmente brindo un programa de tratamiento que incluye sesiones individuales conmigo, que son quincenales

y que tienen que ver con cuestiones mecánicas del movimiento, entonces si quieres ahorita ahondo más de lo que trata la parte individual, involucra lo que tiene que ver con la persona, en el momento . es como para ver su distonía, conmigo van a ver la distonía, después con Blanca Eugenia Cervantes que es la psicoterapeuta de nuestro centro, aunque también podría ser con algún terapeuta con el que el paciente ya venga trabajando. Es decir, el programa incluye el aspecto físico conmigo, el aspecto mental o emocional con un psicoterapeuta, de preferencia la nuestra que tiene experiencia con esto y en tercer lugar el tratamiento también incluye un diplomado, yo le llamo diplomado pero en realidad es un programa de tratamiento de consciencia corporal. Entonces te explico que es lo que hacen conmigo. Primero hago una valoración muy a fondo, muy detallada y lo primero que hacemos es bajar el tono muscular. La primeras etapas del tratamiento que pueden tener una duración variable, eso va a depender de muchos factores, por ejemplo de la cronicidad, por ejemplo quienes llevan veinte años con la distonía van a tener más secuelas que quienes tengan seis meses que tendrán la capacidad de integrar los cambios de manera mucho más inmediata. Esa es una de las cosas que he aprendido con la experiencia, definitivamente el tiempo de evolución si importa.

Cuando empezamos el tratamiento mi principal herramienta es el reconocimiento, así le llamo ya, entonces empezamos por el reconocimiento motor, reconocimiento sensitivo, reconocimiento con el instrumento, y lo que hacemos es evidenciar el patrón distónico, lo cual no es nada fácil, porque aunque ellos lleguen diciendo que tienen cierto patrón de movimiento y les pasa tal cosa, pues resulta que vamos revisando y metiéndonos varios meses a ello y resulta que no es así. Para mi es muy

revelador percatarme de ello porque después de este trabajo de reconocimiento los resultados comienzan a ser muy evidentes. Entonces el ejemplo que te voy a dar es, imagínate que tienes unas alas y yo te digo muévelas y tú dices, ¿cómo las muevo si yo no las estoy sintiendo? Es un poco eso, no puedes mover lo que no estás sintiendo, no están sintiendo el desorden, no se dan cuenta de cual es el descontrol, no lo tienen claro, aunque lleven años con lo mismo, no tienen claridad de qué es lo que lo detona realmente ya en el instrumento.

Entonces la conclusión a la que llegamos es que la mano es distónica toda y no únicamente en el instrumento, eso es lo sorprendente, se dan cuenta que está todo el tiempo ahí, entonces con estos ejercicios va cediendo el tono muscular, sobre todo el que está muy arriba y ya en su momento empezamos a generar ejercicios de imaginación motora, integración sensorial, me refuerzo mucho con ello, con ejercicios que mejoren la integración sensorial y ejercicios que mejoren la neuroplasticidad positiva. Entonces la imaginaria motora es una de las piezas clave, trabajar con el espejo y bueno otras cuestiones, eso ya lo vemos en una segunda etapa y en una tercera etapa es el fortalecimiento, porque ahí ya nos vamos muy específicamente a los músculos que estaban desconectados, y más que a los músculos, a las partes del cuerpo que no estaban participando, que se hicieron torpes y débiles, y en el ínter vamos trabajando con aspectos como mejorar la postura, como la relajación del cuello, mejorar la consciencia corporal con la ayuda del diplomado, el objetivo es que deje de haber una neuroplasticidad negativa, en donde hay una hiper-vigilancia a la zona que tiene el trastorno, esto ocasiona que el cerebro lo detecte como algo que se tiene que reparar y eso entorpece aún más el movimiento. Por eso el interés en mejorar la consciencia corporal, porque entonces mejoran ya solamente por poner atención a la respiración, a otras cosas que son igual de importantes más allá del sonido.



Pero bueno, lo importante aquí es entonces el tema del diplomado como un elemento que ayuda a reforzar la neuroplasticidad positiva, la psicoterapia como un elemento que ayuda a generar adhesión al tratamiento, porque es una patología que es muy incapacitante, que puede provocar mucha frustración, depresión, ansiedad, entonces requiere de un acompañamiento y nuestra psicoterapeuta también ofrece ejercicios que ayudan a mejorar la sensibilidad corporal, de integración sensorial, en fin, ayuda a transitar este proceso.

JCJ : Muy bien, te preguntaría ahora, ¿Cómo se ha modificado tu percepción de esta enfermedad y de su tratamiento a lo largo del tiempo en función de los avances en el estado del arte sobre el tema?

SR: Pues mucho, cuando yo comencé aquí en México nadie hacía lo que yo leía que se hacía en otras partes, eso me obligó a desarrollar mi propio tratamiento y en ese proceso yo me orienté en gran medida por lo que los artículos científicos decían que no funcionaba. Decían la fisioterapia no funciona, los medios físicos no funcionan, pues de entrada descarté aparatos y también descarté masajes porque dije bueno, pues si no es nada en la mano seguramente todo es a nivel cerebral y pues gravísimo error porque perdí muchos años muy importantes, ya que después me di cuenta de que hasta la arquitectura de la mano cambiaba, se veía vencida y luego ya haciendo pruebas de neurodinamia que después aprendí a hacer y que valoran los nervios periféricos, me di cuenta que estaban súper alterados, que muchos si tenían una hernia discal o un atrapamiento nervioso. Entonces empecé a hacer mis propias conjeturas, porque a nivel experto tu valoras mucho en función de lo que estás viviendo con tu paciente, entonces por un lado yo leía todo lo que podía de literatura y luego me daba

cuenta que algunas cosas eran diferentes a lo que yo estaba viviendo en el contexto clínico, entonces me animé a comenzar a probar con el masaje, con estas otras pruebas, luego la psicoterapia, estas cosas comenzaron a surgir en sesiones grupales, ello más o menos en el 2016. Hice un taller de kinesiología y noté cómo empezaron a mejorar con los masajes, como empezaron a mejorar con la neurodinamia, fue muy revelador, ahí me di cuenta de que no podemos reducirlo al cerebro, que de alguna manera está también a nivel de nervios periféricos, pero es muy limitante reducirlo a una férula, o a unos ejercicios que yo ponía al principio de independencia cuando los patrones eran muy distintos.

Fue hasta 2021 en donde comencé a ubicar que todo tenía que ver con “desde donde están tocando”, entonces fue que empecé a poner más atención al tema emocional, porque ya antes sabía que era importante pero hasta ese momento me di cuenta en qué grado. Entonces pues si ha cambiado mucho con el tiempo porque fui de sólo aplicar una rehabilitación neurológica en un principio, ejercicios de gimnasia cerebral pura, porque nunca utilicé la férula y de ahí pasé posteriormente a integrar la psicoterapia, la fisioterapia, la neurodinamia y finalmente ya de manera más reciente a enfocarme de una manera mucho más profunda a reconocer qué es lo que está pasando para a partir de ahí desarrollar ejercicios muy especializados que ya están muy dirigidos a corregir el problema.

JCJ: ¿Cuál o cuáles serían las causas que se tienen identificadas desde tu especialidad para la detonación de la distonía focal?

SR: Pues hasta donde yo sé no son causas sino factores de riesgo, sigue siendo sin causa conocida la distonía focal, entonces no hay causas sino factores de riesgo asociados y dentro de estos están el genético, el nivel de estudio que suele ser ya un nivel avanzado, esta situación de “estudiar hasta que me salga” que tiene que ver con una personalidad perfeccionista, tener algún antecedente de lesión también puede ser un factor de riesgo, hay uno que yo subrayo que tiene que ver con absolutamente todos, que es la sobrecarga muscular, y no solamente la muscular sino la sobrecarga general, haber tocado de manera muy intensa durante un periodo sin descanso, sin haber calentado, sin haber estirado, ese es el común denominador. Los aficionados disminuyen de manera considerable el riesgo, aunque también los hay, sobre todo porque a veces se trata de personas que utilizan mucho la computadora y luego trabajan unas pocas horas más en el instrumento y es ahí donde la desarrollan pero como consecuencia de una sobrecarga acumulativa. Otro factor que a mi me llama la atención es que muchos tienen problemas gástricos o problemas en vías respiratorias, pudiera ser por la ingesta de medicamentos o por una vulnerabilidad en el sistema nervioso entérico, que es el que está relacionado con nuestras funciones gástricas.

JCJ: ¿Se tiene identificado si existe una propensión a sufrir este tipo de lesión en algunos instrumentistas en mayor medida que otros?

SR: En cuerdistas me ha tocado ver mayor incidencia.

JCJ: ¿Cuerdistas incluida la guitarra?

SR: Si claro, incluida la guitarra, totalmente.

JCJ: De acuerdo, te preguntaría también si existe una propensión a sufrir este trastorno en función del sexo de la persona.

SR: Pues está reportado que en hombres, pero esto depende también de qué estudio y habría que ver si esta estadística es confiable en función del número de hombres y mujeres que tocan un instrumento musical en la población general de músicos, yo en mi práctica clínica he tenido muy pocas mujeres a lo mucho 5.

JCJ: Mayoritariamente hombres.

SR: Sí..

JCJ: ¿Existe una propensión mayor a sufrir este trastorno en función de la lateralidad de la persona, si se es zurdo o derecho?

SR: Que yo sepa en cuestiones de la lateralidad, es más fácil que se recuperen cuando la lesión está en la mano no dominante.

JCJ: Perfecto y ¿Desde el punto de vista médico que relación guardan los aspectos psicológicos en la detonación de la enfermedad? Y por otro lado ¿Existe un perfil de personalidad del músico distónico?

SR: Desde el punto de vista psicológico llama la atención el tema de los cambios, hay algo ahí con el tema de los cambios, como si no los digirieran, cuando se les hace un cuestionario inicial y se les pregunta si tuvieron algún cambio importante en su vida cercano a la aparición de la distonía, la mayoría responde que sí, entonces yo creo que esto es relevante, hasta donde, no lo sabemos pero si es relevante. En cuanto a el perfil de personalidad del músico distónico, te diría que más que perfeccionista, es sobre todo que no se está viendo, no está siendo consciente de sí mismo, ahora yo ya lo tengo muy sistematizado este tema del reconocimiento, trabajamos con tablitas de una sesión a otra y eso ayuda mucho, es más fácil porque ya saben por donde ir con los ejercicios, pero sí, como que no

se reconocen. Lo veo porque las terapias acaban siendo con lágrimas, aunque algunos van con psicoterapeuta, no todos, la verdad son pocos los que cumplen el programa completo y muy pocos sostienen el tratamiento, muy poquitos, pero sí, creo que ese es el perfil, no se reconocen porque las lágrimas corren y corren y los que se recuperan pasan por ahí, dicen, es que yo no me di cuenta de que empecé tarde, competí inconscientemente con esta persona, y ese tema está ahí muy presente, entonces empezamos a trazar esas alas y a moverlas y el paciente se sorprende de cómo puede hacer esto y esta parte los hace verse y brillar, es muy lindo.

JCJ: Excelente, muchas gracias ¿Existiría algún otro factor de índole familiar o socio-cultural o económico o de alguna otra índole que tú tengas identificado para la detonación de la distonía?

SR: Bueno, pues el genético, se habla del genético, la realidad es que aquí habría que tener un protocolo para detectar ese aspecto y que se realizaran las pruebas correspondientes; algunos estudios si han reportado factores genéticos y sin embargo, tampoco es factor necesario porque hay muchos que la desarrollan y tampoco tienen un aspecto genético que los haya condicionado. En cuanto a lo familiar, pues definitivamente si tiene que ver el reconocimiento de la familia, si hay o no hay reconocimiento de la familia, pero como factor de riesgo, nada causal.

JCJ: Recuerdo que en el contexto de mi tratamiento que llevé contigo, en diferentes momentos mencionaste un tema sobre la nomenclatura de los dedos, tradicionalmente en la guitarra el dedo 1 es el índice y luego el 2, 3 y 4 hasta llegar al meñique, a diferencia del piano en donde el dedo uno comienza con el pulgar hasta llegar al 5 con el meñique, tu proponías esta última nomenclatura porque

decías que este era parte del problema ¿Nos puedes hablar un poco sobre ello?

SR: Si, esto tiene que ver con el homúnculo de Penfield, que es una representación de nuestras funciones motoras y sensitivas en la corteza cerebral, por cierto ya lo actualizaron y lo hicieron en 3D y lo tienes que buscar, está increíble. Bueno, la imagen que tenemos antes del Homúnculo de Penfield es una mano que está colocada encima del cerebro, yo la utilizo para representar el por qué no está bien que digamos que el índice es el número 1, es que de entrada es el número 1, lo que involucra esa palabra, entonces empecé a ver que cuando tomábamos en cuenta el dedo pulgar como el número 1 la mano mejoraba, justamente en el Homúnculo de Penfield nos dicen el pulgar es el número 1 y lo ponen así grandotote, los otros dedos ni existen, entonces está así representado, hay un gran espacio en el cerebro que corresponde al dedo pulgar a diferencia de los otros dedos que están focalizados de manera más puntual. Entonces, cuando tenemos esta representación de la vía motora y sensitiva de la persona convencional, efectivamente el pulgar es el dedo número 1 porque es el que es necesario tanto para la aprehensión gruesa como para la aprehensión fina, entonces, cuando un músico pasa varias horas al día durante varias décadas tocando y ese dedo lo deja de usar de manera dinámica-consciente, porque claro que lo usa, está ahí, pero no está haciendo ningún esfuerzo por abrir cerrar, por subir bajar por moverse a una velocidad, no como lo que hacen los demás dedos, entonces ese dedo deja de ser protagónico, empieza a reducirse a nivel del cerebro, y esto genera una confusión que provoca un “cruce de cables” y el cuerpo empieza a hacer fuerza donde no debería, porque entonces el dedo índice ya no es el dedo 2 que es el que debe hacer la pinza fina, sino que ahora es el 1. Y pasa lo mismo con la mano derecha, el hecho de que no se utilice el meñique también

provoca una desarmonía, entonces en los métodos no sólo sería importante que se mencionaran todos los dedos con el número que les corresponde, sino que además debería indicarse el movimiento de esos dedos que están invisibilizados tradicionalmente, de esta manera ya estaríamos siendo conscientes de esos movimientos que empiezan por el pulgar y evitaríamos esa contaminación kinestésica-auditiva, porque es el puente entre lo kinestésico y lo auditivo. Para mí esta es la parte que resalta la importancia de volver a una neuroplasticidad positiva.

JCJ: Genial, es muy interesante este planteamiento porque nos lleva a darnos cuenta hasta que punto hemos distorsionado nuestra función de la mano al tener en cuenta el dedo índice como dedo 1.

SR: Si, exacto.

JCJ: Te pregunto ¿Qué relación tienen la fuerza y la velocidad en el desorden del movimiento?

SR: Pues todo, todo el desorden es ese, lo que pasa es que nuestros dedos no tienen un diseño ideal para la fuerza, no son músculos fuertes “per se”, son músculos de resistencia, entonces con una resistencia tú puedes lograr velocidad, pero con una intensidad tú vas a agotar la fuerza, entonces esa relación deriva en un músico que debe de tener disponible ese abanico de posibilidades, debe de poder resistir, debe de poder tener velocidad y debe de poder tener fuerza para esa intensidad; claro que lo que yo me he dado cuenta es que la mayoría de los músicos tocan sin respetar ese equilibrio y ahí viene la lesión, en la distonía lo que principalmente se altera es ese equilibrio. Algunos no pueden tocar lento, cosas rápidas si pueden pero lento no, lo lento va a precisar de mayor fuerza, y hay otros que dicen, yo empiezo a tocar y a los 15 minutos ya se me engarrota la mano y hay otros que al contrario, dicen, yo

puedo tocar después de quince minutos ya cuando calentó la mano, pero los primeros minutos es terrible. Y todo esto se nota mucho en los instrumentistas de viento porque ahí depende mucho de que si la redonda, de que si la aguda, todo esto, aquí la verdad es que no hay algo parejo, cualquier día se puede alterar la fuerza, ya sea que no la modulen, que esté llegando antes como con exceso de fuerza y que no la puedan separar de la cuerda, o al revés, que intenten llegar y se caiga, como con falta de tono, o que puedan hacerlo muy lento pero ya la resistencia de plano no, tengo pacientes que me dicen yo aguanto un concierto de una hora pero ya después la mano se volvió distónica, significa que no tienen resistencia. Son pues esos tres parámetros que son los que se alteran.

JCJ: Y ya hablaste de estas tres capacidades motoras ¿Qué papel jugaría la cuarta capacidad o cualidad motora, es decir la flexibilidad, que papel jugaría?

SR: Nada, no se pierde nada, sigo haciendo pruebas como de rutina y los dedos no pierden flexibilidad, más bien pueden aumentarla, de repente sienten rigidez, eso si, en las exploraciones pueden sentir rigidez, pero no al grado de que pierdan la elasticidad, es decir, pueden hacer todo completo, pero ya al momento de explorar minuciosamente ya se dan cuenta de que está como más dura comparándola con la otra y la gran mayoría lo que pierden es más bien la estabilidad de la articulación, por eso te digo que mecánicamente sí pasa algo.

JCJ: Exacto ¿Qué tanto se podría decir entonces que el problema está en el cerebro y qué tanto se podría decir que el problema está en la mano? Ya nos hablaste de que desde tu perspectiva el problema no es estrictamente cerebral, sino que también existe una descompensación de tipo fisiológico.



SR: Sí, Yo creo que si hace dos años encontraron relación entre el virus del besos, el de la mononucleosis, con el de la esclerosis múltiple, con un virus, o sea con el mismo, que hay una correlación en una patología tan grave, de verdad yo creo que estamos en pañales en la distonía focal. yo tengo mi hipótesis, creo que se genera una acidosis muscular provocada por esta sobrecarga muscular y esto provoca que se “quemem” los nervios, que no es capaz de generarles dolor, o que por esta integración sensorial ajena al dolor, no están sintiendo, no sé que pase ahí, no lo llegan a sentir, no se paran antes, pero hay algo ahí, algo que sucede que todavía no tengo claro, pero creo que si hay algo interno.

JCJ: Perfecto, me parece muy interesante, creo que se está construyendo todo este conocimiento, me parece muy importante esta sospecha, que desde luego está fundada en tu experiencia clínica.

SR: Si, de hecho en realidad yo también estaría contenta de que se haga, porque el experto está trabajando en su práctica clínica y no tiene tiempo de hacer otro ejercicio y sería importante que hubiera un proceso de observación para que te dijeran >¿Qué es lo que estás viendo? ¿De qué te estás dando cuenta? Se necesitan más ojos que refuercen al experto y que también le hagan más caso a éste en sus hallazgos. Que exista esta colaboración, ojalá que se haga, no sé como, ojalá que el Instituto Nacional de Neurología por ejemplo, o alguna fundación dedicaran algunos esfuerzos., Aa mi no me molestaría para nada que hubiera médicos observando el proceso, haciendo anotaciones, evaluando, compartiendo hallazgos en una retroalimentación, por mi yo feliz.

JCJ: Y eso me lleva a pensar en la importancia que tendría el que la medicina en su conjunto abrazara este tema de

la distonía del músico para su estudio, que hasta ahora ha sido abordada más bien por algunos cuantos especialista, muy pocos alrededor del mundo y que muchas veces realizan su labor pero no cuentan con un aparato detrás de ellos, con toda una infraestructura para realizar investigación.

SR: Si, este proyecto da para un proyecto de neurociencia porque ellos se ponen esta etiqueta de la multidisciplinariedad, entonces sería importante decir haber, hagamos interdisciplina y entra el psicólogo, el neurólogo, el físico, el matemático etcétera. y adelante. Yo creo que la solución pudiera ser más sencilla de lo que imaginamos pero cuando se aplica justa a tiempo, pero desafortunadamente cuando ya se lleva tiempo con el padecimiento ya nos enfrentamos a las secuelas y las secuelas neurológicas son muy difíciles de tratar, porque ya tratas con algo que ya está muy abandonado. Ya que señal le llega, que recuerdo tiene, se pierde tiempo valioso, entonces ojalá que haya gentes interesadas y que haya recursos para esto. Gracias por invitarme y espero que tu libro vaya contribuyendo a generar este interés.

JCJ: Si, ¿hay algo último que quisieras comentar, cuestiones de prevención, donde se te puede encontrar para músicos que pudieran tener esta necesidad?

SR: Si, antes de cerrar con eso, te platico cómo cuando llega un paciente nuevo conmigo les hago un encuadre, les presento una hipótesis de cómo llegó la distonía y como van a salir, parece muy obvia, parece muy tonto, parece muy básico pues, pero no, y es la combinación de cuatro palabras, lo voluntario, lo involuntario, lo consciente y lo inconsciente y yo los invito a que pensemos en una escalerita, el primer escalón es haber tocado de manera voluntaria-inconsciente, el segundo escalón haber tocado de manera

inconsciente-involuntaria y entra la distonía y así pueden pasarnos sin darse cuenta que es distonía, tercer escalón es en vías de recuperación, volver los movimientos involuntarios-conscientes y vías de recuperación ya para la posteridad es volver estos movimientos voluntarios-conscientes. Parece un resumen como muy X pero yo me doy cuenta de que ahí está la clave, entonces la prevención es hay que tocar más conscientemente y la mayoría aborda los instrumentos inconscientemente, como sin sentirse, entonces por eso no hay semáforos, no hay pausas; no se trata de que no toquen ocho horas, pero se trata de que calienten bien, que se nutran bien, bueno, tú que ya estuviste en el diplomado ya tuviste todo un recorrido y además tienes un estilo de vida bueno en ese sentido, yo creo que por ahí va la prevención. A mi me pueden contactar en Casa Senit.

JCJ: Sandra te agradezco mucho la disposición para realizar esta entrevista, creo que va a aportar mucho a este trabajo y en general te agradezco siempre tu disposición y tu amistad.

SR: Al contrario, gracias a ti por la invitación, por entrevistarme, me encantó y creo que te va a ir muy bien, tú eres muy sincero y creo que estás dejando de alguna manera una semillita, estás trascendiendo la enfermedad desde otro lugar, como dices no volviendo a tocar, eso no importa, con esto que estás haciendo estás sanando y te felicito.

JCJ: Gracias Sandra, una última cosa, quisiera solicitar tu permiso para utilizar el testimonio de José Miguel Suárez que está alojado en la página de Casa Senit, yo lo he hablado con él y está de acuerdo pero también tengo que solicitar tu permiso.

SR: Claro, José Miguel fue mi primer paciente recuperado, yo le debo mucho a él porque en aquel momento apenas comenzaba a desarrollar mis herramientas y seguramente

si hubiera tenido puros pacientes que abandonan el tratamiento y que no se hubieran recuperado, yo habría dejado la idea de trabajar con la distonía, entonces yo estoy en deuda con él por ello.

## Entrevista Doctora Blanca Eugenia Cervantes Ortega

JCJ: Buenas tardes doctora Blanca, primero que nada agradecer tu aceptación para la realización de esta entrevista, con miras a incluirla en el libro de la distonía focal del músico, me parece que será una colaboración que complementará de manera muy afortunada a las otras participaciones que se han ido vertiendo en este trabajo. Quisiera empezar con unas preguntas de tipo general, si nos pudieras comentar brevemente tu nombre completo, edad y área de especialidad médica.

BEC: Mi nombre es Blanca Eugenia Cervantes Ortega, tengo 54 años y tengo algunos posgrados, especialidades y una licenciatura, aquí me detengo en la licenciatura porque es muy importante mencionar que en la licenciatura en psicología social, tuve la oportunidad de tener una formación multidisciplinaria, la cual en su momento, por cómo estaba organizada la currícula, me permitió compartir un tronco común con personas de diferentes formaciones humanísticas, como filosofía, lingüística, derecho, ciencias sociales, economía, sociología, antropología, literatura; esta parte de mi formación fue muy interesante porque me dio la oportunidad de convivir con todas estas personas de diferentes orientaciones en las humanidades y las ciencias sociales, pero, también tuve oportunidad de convivir con personas de las ciencias básicas, ya que venía de una vocacional de físico-matemáticas, lo menciono porque a mí, todo ello me marcó de manera importante y contribuyó a la visión que tengo actualmente, que es distinta a la que hubiera tenido desde el enfoque de la psicología clínica.

De manera paralela tuve oportunidad de que algunos maestros en este periodo formativo me acercaran a la psicoterapia, pero desde un enfoque en el que el cuerpo era una entrada muy importante y obviamente el cuerpo siempre está presente, pero es diferente entenderlo como una parte de lo que se puede expresar, por ejemplo el lenguaje, somos seres de lenguaje, muy importante, hay ahora otro tipo de propuestas como la arte-terapia, la musicoterapia, pero en aquel tiempo que yo me estaba formando fueron muy importantes para mi estos otros enfoques, porque no solamente fue darme cuenta de este punto de entrada que es el cuerpo para poder realizar todos estos cambios que deseamos en nosotros, sino que fue el descubrir un punto de encuentro con mi propio cuerpo.

Después hice una maestría en salud pública, y otros estudios que tienen que ver con psicología comunitaria y a partir de ahí se fue generando una comprensión de que la cultura es algo que atraviesa todo aquello que somos como personas, incluido nuestro cuerpo. Es muy relevante también mi interés antropológico a raíz de las experiencias que he tenido desde la salud pública y los procesos comunitarios. Por último diría que otra parte importante para mi ha sido la investigación, porque una aspiración de esa currícula era precisamente ese aspecto.

JCJ: Podríamos decir por todo esto que nos comentas que hay en ti una predisposición multidisciplinaria y quizás incluso transdisciplinaria.

BEC: Si, definitivamente. Una visión que va más allá del determinismo individual. Hay una parte de la psicología que en su afán por ir dando explicaciones se centra mucho en el individuo y deja un poco de lado los aspectos sociales, el tiempo histórico, la ideología, y son todos esos aspectos muy importantes en valorar cómo nos definimos, cuál es la idea que tenemos, desde donde miramos las cosas.

JCJ: Claro, pasando a otro aspecto, quisiera preguntarte ¿Cuántos años tienes consultando pacientes y cuántos consultando pacientes con distonía específicamente?

BEC: Bueno, como te dije antes, me he dedicado durante largo tiempo yendo por estos dos derroteros, la investigación y la consulta de pacientes simultáneamente, ya con Sandra Romo coincidimos por primera vez en 2015 en un protocolo de investigación sobre el trastorno del movimiento que se conoce como distonía focal, pero que Sandra prefiere llamar trastorno del movimiento y a partir de ahí pues ya empecé a trabajar la psicoterapia en esta área.

JCJ: ¿En estos años de experiencia has observado algún perfil psicológico del músico distónico?

BEC: Es muy interesante esta pregunta, me la han hecho varias veces, ya desde 2016 me preguntaban si yo tenía como el modelito de lo que es el músico distónico, pero yo disiento un poco de eso y te voy a explicar por qué. Trabajando con Sandra he tenido la oportunidad de consultar pacientes con trastorno del movimiento y también con pacientes con dolor crónico o con problemas músculo-esqueléticos no necesariamente crónicos, pero si agudos, todos ellos músicos y te puedo decir que yo en principio me he encontrado con personas, y esas personas son distintas, ¿En qué si se parecen? En su amor por lo que hacen, he estado pensando en ese término y puedo decir que identifico que les importa muchísimo lo que hacen y a ese amor han llegado por diferentes vías, algunos por tradición familiar y a veces no ha sido tan bonito; otros como una especie de epifanía, encontraron la música y de ahí encontraron ancla para la vida. Ahí encontramos experiencias infantiles con la música y otras juveniles y tienen una relevancia tanto las unas como las otras y de pronto llegan a una condición distónica y entonces es como que ya se acaba el mundo,

porque para algunos representaba ya en ese momento la música su medio de subsistencia, otros estaban estudiando, o estaban pensando en ir a estudiar a otro lado y como le sucedería a cualquier otra persona que se viera en una circunstancia en la que aquello a lo que se dedica y que tiene que ver con su plan de vida queda comprometido, se enfrentan a una situación de gran incertidumbre.

Me he encontrado con músicos de distintas características, algunos muy rigurosos, algunos un poco menos solemnes, pero todos cuentan con una formación musical que los ha condicionado, un ambiente formativo desde donde se les ha dicho que tienen que entregar todo su tiempo, que no tienen que tener errores, que están en una carrera contra el tiempo, que ya están grandes, que primero deben estudiar aquí y luego salir, debes estar en una orquesta y ser el virtuoso, la virtuosa, los genios también y otras ideas, pero éstas son algunas de las ideas que son más complicadas; ahora tu me dirás, bueno, pero si quizás ese músico ya tiene una personalidad obsesiva, si ya de por sí tiene una auto exigencia muy grande, si, es verdad, hay algunos que ya traen un ambiente y unas condiciones familiares así, pero hay otros que no necesariamente. Sin embargo, en la escuela si se hace énfasis en eso, entonces, más que un perfil del músico distónico, existen muchos condicionamientos de diferente índole y que provienen de un medio que es muy exigente, más allá de la personalidad de un músico en particular y si tú eres de los que tocan mal, de los que tienen errores, entonces no vas a poder estar en el grupo selecto de los “tocados por la mano de Dios” y no creas que hago ironía, yo no conocía este medio, tenía una mirada más libre en ese sentido, pero en la medida en que he ido conociendo me doy cuenta que eso pasa, hay un medio y a veces se nos olvida, hay maestros que pueden ser maravillosos, pero que muchas veces tienen esa forma de acercarse a la música, a esa manera de aprendizaje. Y otra cosa que me sorprendió



mucho es que algunos músicos hacen una analogía de que los músicos son como los deportistas de alto rendimiento, y yo también he estado en ese ambiente de los deportistas, pero yo veo que un deportista de alto rendimiento tiene su entrenador personal, su planificador, su médico del deporte, su masajista, su fisioterapeuta, su psicólogo, su nutriólogo etcétera, mientras que el músico en realidad está solo. No veo que haya una educación somática, hay una educación técnica, musical, pero falta mucha consciencia de lo que implica su esfuerzo físico y cuáles debieran ser las prácticas más saludables, la gran mayoría de los músicos no contaron con ello en su formación. Al ambiente formativo se le agrega el ambiente del trabajo, en donde a veces el músico tiene que tener cuatro trabajos distintos, entonces no hay consciencia de la importancia del descanso, de las horas de sueño, etcétera.

Otro aspecto, aparte del formativo y del laboral, es el aspecto social, cómo se percibe la música socialmente como profesión, hay quienes me dicen, cuando decidí estudiar medicina, mi familia me felicitó, hasta me hizo una comida para festejar, pero cuando decidí dejar medicina para dedicarme a la música mi familia me dejó de hablar; no todas las familias están en posibilidad de ver la profesión musical con buenas expectativas de futuro.

Una pregunta que a veces les hago a mis consultantes es ¿Qué clase de músico quieres ser? Y hay muchas ideas permeadas ahí, muchas veces en torno a la noción de que el músico virtuoso puede acceder a una mejor calidad de vida, esto en el contexto de los músicos de concierto y en los músicos de música popular también existen otro tipo de estereotipos relacionados con su experiencia y con su medio, entonces eso también es importante, qué clase de músico quiero ser, cómo me lo planteo, cómo me lo imagino, cómo quiero vivir.

Lo que si se puede ubicar es que la distonía focal se declara en un momento de gran estrés, como sucede de hecho con otros padecimientos, en la música, sin embargo, existe un medio que te obliga a un alto nivel de auto exigencia, en el que constantemente se está en una carrera contra el tiempo, la juventud es un aspecto que está sobrevalorado en el sentido de que se tienen que lograr ciertos objetivos antes de determinado momento de la vida, entonces te encuentras con personas que ya se sienten viejos a los treinta, pero eso no viene de que a alguien se le ocurrió, o a su maestro, eso viene de una cultura y de una ideología muy instauradas en el medio musical.

Otro tema que también se ha comentado por algunos estudios es el tema del fracaso, estos estudios mencionan que las generaciones actuales tienen un sentimiento de fracaso muy acentuado, pero pues ¿Cómo no? Son generaciones que han tenido otro tipo de exigencias que no tuvimos por ejemplo en mi generación, en mi tiempo histórico-ideológico; esto del tema de la exigencia si es algo que está muy presente, todo el tiempo se nos dice tú puedes, échale ganas, todo depende de ti, y si claro, todos tenemos una maravillosa oportunidad de lograr muchas cosas a partir de nuestra voluntad, pero hay muchas otras cosas que no dependen de ti, que tú no puedes controlar y a veces se pasa por alto esto, tenemos que ponernos a trabajar sobre las que si podemos, por supuesto, pero ¿Y las que no? Entonces, sí, el tema de la exigencia y del perfeccionismo en particular, parece que hacen más fácil el hecho de que los músicos estén teniendo una serie de prácticas reiterativas que no son muy adecuadas, pero esto también implica el tema formativo, cómo es que los maestros no han podido acompañarlos adecuadamente, o lo hacen hasta cierto punto y no estoy diciendo que los maestros tengan la culpa, porque ellos también fueron formados y son también el resultado de un ambiente formativo.

También hay otro tema importante, el maltrato, yo he encontrado en mis consultantes, no solo de distonía, sino también de

dolor, de tendinitis crónica, un patrón de maltrato importante por parte de ciertos maestros, la figura de maestro de instrumento es muy importante y hay maestros que seguramente no han querido maltratar, pero lo han hecho, pero también hay un medio que lo permite y todo esto está muy relacionado con esta aspiración al perfeccionismo, que por sí misma no es mala, la cuestión es cómo llegas ahí, atormentándote por el error no es una buena estrategia porque el cerebro aprende a hacer el error; sintiéndote menos porque no eres tan rápido, porque tienes que dedicarle más tiempo, porque no sabes por qué te tiembla la mano cuando tocas en público, pues no, en esos momentos es cuando tendríamos que acompañar al músico y preguntarle a ver, vamos a analizar por qué pasa todo esto.

Entonces todas estas cosas tienen que ver con la aparición de la distonía, pero también es interesante detenernos a revisar cómo las personas asimilan este momento y como empiezan a transitar en ese proceso, es importante mencionar que no todas las personas que se enfrentan a un diagnóstico de distonía y que incluso llevan el tratamiento fisioterapéutico llegan a psicoterapia; ahí déjame hacerte la observación de que algunos pacientes que tocan la puerta, llegan y te dicen, es interesante todo esto que me platicas de que vamos a trabajar con el cuerpo, la mente, el lenguaje, el movimiento, los sueños, la imaginación activa y todo esto, pero no puedo y se van y luego llegan otras personas que fueron recomendados por esos que se fueron, lo cual se les agradece mucho, pero es un hecho que ellos no se sienten preparados para enfrentar eso.

Hay otros que llegan y lo intentan, pero en el proceso se dan cuenta de que las cosas son diferentes a lo que ellos pensaban, que el trabajo que se hace es básicamente receptivo y encuentran que no es tan sencillo, aunque tampoco puedo decir que solo les pasa eso a los músicos. Nuevamente nos remitimos al tema del perfeccionismo, porque en esa lógica existe una cultura del esfuerzo en la que se piensa: si yo me dedico a hacerlo voy

a obtener un resultado muy bueno y entonces llegan a la conclusión de que lo que les pasa es injusto, porque ellos se dedicaron con el mayor de los empeños, hicieron todo lo que se les pidió, se esforzaron al máximo y entonces ahora existe una sensación de que lo que les pasa es injusto. Entonces existe una manera de dirigir la voluntad que se convierte sobre todo en un principio activo “y ahora tú me dices que se trata de principalmente ser receptivo, de soltar, de bajar el control, no lo entiendo”.

Como nos decía un joven músico, ustedes me dicen que debo de esperar, de ser paciente, pues vayan a decirle eso a mi director, ¡Cómo me dicen eso! ¡Allá me dicen casi casi que mis manos tienen que sangrar! entonces algunos me dicen, oye Blanca, pues yo hago todo lo que me indicas tú, todo lo que me indica Sandra y yo no veo resultados, y yo les respondo, bueno en principio sabíamos que esto no es de un día para otro, pero en segundo lugar, la forma en que lo estás haciendo quizás sea un poco mecánica, y de lo que se trata aquí es que seamos muy receptivos, que tu atención vaya a tus sensaciones, pero qué difícil ir a mis sensaciones cuando son desagradables, porque no puedo moverme como antes, entonces tienes un camino que recorrer y dejarlo estar, tanto en días buenos, como en días no tan buenos, ese es mi trabajo, familiarizarlos con la receptividad, porque muchos no es que no quieran, es que no están familiarizados con ello, algunos si, pero no todos, hay quienes han tenido la oportunidad de tener otro tipo de experiencias, acercarse a otro tipo de disciplinas, pero hay quienes no cuentan con ese bagaje. Uno de los fenómenos que pasa con el músico es que a veces se aísla en su propia disciplina, no salen con amigos, no tienen relaciones amorosas estables, no salen con la familia, se avocan, como les dijeron que tenían que hacer, dedican las horas a su instrumento y todo lo demás es algo que tengo que evitar, y más bien de lo que se trataría es de desarrollar la capacidad de entrar y salir de diferentes ámbitos en tu vida, de eso se trata la receptividad, pero se torna complicado cuando existe una proclividad

hacia una personalidad muy rígida por parte de algunos músicos y me topo con eso en muchos de mis consultantes.

Por último habría que comentar sobre algunos de los problemas que el propio músico pudiera venir arrastrando, por ejemplo, la ansiedad, pero habría que decir que este tipo de situación ya tiene que ver más bien con un padecimiento de tipo social, que con una cuestión estrictamente individual, tiene que ver con nuestro estilo de vida actual, ya es más bien un problema de salud pública, hay estudios del Centro Nacional de Psiquiatría que mencionan que para recibir un tratamiento completo relacionado con la ansiedad serían necesarios 22 años, pero esto no sucede así porque hay una estigmatización muy fuerte, cuando vas al psicólogo existe la visión de que vas con el loquero, con el psicólogo, que estás de atar, pero no solo eso, sino también con los tratamientos, yo no quiero depender de una pastilla, no quiero depender de una persona, todas estas cosas que representan una especie de freno de mano en muchas personas y sobre todo lo que está detrás de ello es esta idea de que tú y solo tú tienes que salir de esto a base de fuerza de voluntad. Ahí tendrás una gran tarea en tratar de condensar esa respuesta que te di, porque no fue concreta, no te di quizás una respuesta puntual.

JCJ: Me parece genial, muchas cosas importantes que comentaste ahí, lo cierto es que si hubiera una respuesta así de puntual no estaríamos atendiendo toda la complejidad que requiere este asunto, justamente lo que nos enriquece es el tener la posibilidad de abarcar todos estos aspectos que nos has comentado.

BEC: Sí, porque si hubiera una respuesta así de tajante, si no fuera una cuestión tan multifactorial, entonces sería muy fácil, ya tendríamos la solución para curar a todos los músicos distónicos, ya tendríamos “El Tratamiento” y la fórmula que resultaría aplicable de manera general y

eso no funciona así. Entendemos que el músico que sufre un trastorno del movimiento le implica un cambio muy grande en su vida, sobre todo en tiempos, eso le provoca un sufrimiento y generalmente sufren solos y en silencio. La labor que ha hecho Sandra (Romo), es una labor muy importante porque se ha dado a la tarea de ir generando testimonios en relación a la distonía focal del músico, porque en muchos lados ni siquiera se conoce del tema, yo en muchos foros en los que participo cuando hablo del tipo de pacientes que atiendo y menciono lo de la distonía del músico, me topo con que no se conoce sobre ello, no se habla de ello en ningún lado, la gente se queda muy extrañada.

Yo conozco a través de algunos de mis consultantes que hay gente que no se trata la distonía, simplemente deciden distanciarse de la música sin haber intentado un tratamiento y es que es algo difícil, a mucha gente le cuesta trabajo hablar de ello, simplemente prefieren ocultarlo y mantenerlo en secreto, algunos le llaman “el cáncer del músico”, imagínate, eso es un peso grandísimo, algunos músicos en proceso de recuperación se exponen a dar algún concierto y me cuentan que les ha costado trabajo pero que lo han logrado y se sienten mejor después de haberlo hecho y que a veces se han acercado personas del público y les han comentado que creen que ellos tienen distonía focal y que les agradecen muchísimo porque les han dado una esperanza.

JCJ: Muy bien, y te preguntaría ahora, ¿Qué papel crees que juegan los aspectos psicológicos en la detonación de este trastorno?

BEC: Pues mira, es una pregunta que está implícita en todo esto que te cuento, porque hemos hablado de estrés, y lo

cierto es que cuando existe una situación muy fuerte en este sentido es cuando explota, es cuando como dicen los médicos se declara el trastorno, el estrés se acentúa de manera importante cuando existen cambios en nuestra vida, es normal que todos manejemos un cierto nivel de estrés y existen fluctuaciones normales que implica nuestro estilo de vida. Sin embargo, el problema es cuando ya no existe esa fluctuación natural, sino que el nivel de estrés se mantiene, significa que ese nivel de alerta que implica que se mantengan activos algunos de nuestros sistemas como el parasimpático por mencionar alguno de ellos, esto se traduce en una afectación en diferentes aspectos de nuestra vida como el sueño, en donde a veces aunque durmamos no descansamos y luego vamos a una fiesta y seguimos estresados, entonces nos encontramos con un estrés que ya se vuelve crónico, esto afecta nuestra salud mental que es algo muy relevante porque somos un organismo cuerpo-mente; eso también se da a la inversa, a veces alguien puede tener algún accidente y el tratamiento de recuperación con todo lo que ello implica puede generarles una ansiedad que no tenían antes, esto sucede porque estamos imbricados de una manera maravillosa en una relación cuerpo-mente, esto nos genera una serie de emociones que tenemos que enfrentar y que muchas veces no sabemos que hacer con ellas, me he encontrado con dos en particular, el enojo y el miedo, hay más, pero éstas como que son más difíciles de manejar.

JCJ Y eso me lleva a la siguiente pregunta que quería hacerte, que de alguna manera ya la estás tocando, pero déjame plantearla de esta manera, por un lado están los aspectos psicológicos como parte del problema de la detonación de la enfermedad, pero por otro lado están los aspectos psicológicos ya en el proceso de la propia enfermedad ¿Qué papel juegan éstos en ese proceso de recuperación?

BEC Esta parte que estás preguntando es muy importante, porque ellos y ellas en ese proceso de recuperación se encuentran ante la necesidad de curarse que se convierte en urgencia y empiezan: ¡Es que ya me urge Blanca! Ya tengo que dar respuesta, ya tengo que aplicar a la beca, ya tengo que dar el concierto etcétera, entonces esa parte hace que veas lento el proceso que se va siguiendo, hay zonas del cuerpo involucradas y a veces no existe la suficiente paciencia para apreciar los pequeños cambios que se van dando y que constituyen los pasos hacia una dirección porque existe esta premura, cómo vas a poder registrar esos pequeños cambios si tu lo que quieres es ya la recuperación de todo el movimiento y ahí el tema de la ansiedad se hace presente, pero también desde el enojo que es una emoción como proscrita y yo creo que ahí si tiene mucho que ver la cultura, “el que se enoja pierde” “no te enojas” y todo eso, pero no se trata de no enojarse, porque las emociones son una respuesta ante una situación y las emociones son informadoras de algunos aspectos que podemos comprender intelectualmente, pero en otro nivel no verbal nuestro cuerpo las está asimilando, como una reacción, entonces tengo que pararme para hacerla verbo y reflexionar para poder procesar y parar la somatización. Entonces el paciente empieza a hacer juicios sobre sí mismo y se comienza a decir que se está autosaboteando, que se está volviendo dependiente y etiquetas de este tipo y surge el sentimiento de culpa, es muy común y esto tampoco nos ayuda.

Esa famosa frase que se ha trivializado “habla con tu cuerpo” y me dicen los pacientes, si pero ¿Cómo que habla con tu cuerpo? ¿Eso cómo se hace si ni siquiera me obedece? Y surge el enojo, pero se quiere controlar en lugar de sentirlo, porque es incómodo y porque cuando haces contacto con el enojo, haces contacto



con el dolor y eso es parte del tratamiento, hablar de eso que sientes que estás perdiendo, hay una sensación de duelo de lo que fuiste, de cómo te movías, de lo que tú pensabas hacer etcétera y entonces hay que procesar esos duelos y también la incertidumbre, aparecen pensamientos como “no me voy a recuperar nunca” “qué voy a hacer ahora si todo va a cambiar”, la incertidumbre es otra vivencia importante.

JCJ Desde la perspectiva que tu trabajas en la psicología ¿Cuál es el enfoque con tus pacientes distónicos?

BEC La perspectiva principal es la de tratar de desarrollar un trabajo lo más integral posible, sé que se ha trivializado este término demasiado, pero me gustaría empezar por entender que lo primero con lo que nos topamos como psicólogos es con una persona, y esa persona no es únicamente mente, ni únicamente cuerpo, ni postura, ni biotipo, ni nada en particular, es más bien un conjunto de todas esas cosas y eso requiere un trabajo desde diferentes vías, pero el enfoque más importante es el de acompañar a la persona a conocerse y eso suena muy bonito, ya lo hemos escuchado en muchos lados, pero lo cierto es que el paciente se pregunta muchas veces, eso qué significa, para qué lo necesito, y ahí es donde es necesario llevarlos a cuestionarse sobre lo que hay detrás de muchas de las cosas que enfrentan en su práctica musical, qué hay detrás de la ansiedad escénica y sus síntomas, qué es lo que está implícito en muchas de sus actitudes y mira que hablo de implícito y explícito, no de consciente e inconsciente, entonces de lo que se trata es de acompañar a la persona y de abrir espacio para que todo eso implícito surja.

Aquí no se trata de mis interpretaciones, de lo que se trata es de hacer las preguntas importantes para que sea él o ella quien desde su visión pueda ir armando las piezas del rompecabezas de su propia problemática y a partir de ahí ir tomando también sus propias decisiones. Cuando en este acompañamiento al paciente tu le ayudas a verse a sí mismo eliminando todos los filtros a los que está acostumbrado, a quitarse las etiquetas que se ha autoimpuesto, a deshacerse de todos los prejuicios que tiene sobre su persona, te das cuenta de que en realidad ellos ya tienen una cantidad de recursos importantes incorporados a su propio bagaje para poder ir superando las situaciones.

Entonces de lo que se trata es de propiciar una actitud más receptiva en el paciente para que él pueda identificar ciertos patrones que lo mueven a desarrollar determinadas conductas, para ello hay un diálogo fuerte, pero que les permite a ellos ir encauzando su propia dirección y yo siempre intento ser respetuosa con esas decisiones. Me han ayudado otros enfoques que me ha dejado mi experiencia de trabajo en comunidades, como el psicodrama por ejemplo; hay algunas personas que les va muy bien trabajando con el movimiento y ahí se trata siempre de tratar de estar cultivando la receptividad y la atención, pero no únicamente para estar atentos a tu situación interna, sino también para crear un diálogo equilibrado con la realidad externa, trabajamos mucho con la postura, trabajamos también mucho con la respiración por supuesto ya que se trata de una función reguladora.

Tengo la oportunidad de trabajar con algunos de manera presencial y con otros no, entonces vamos encontrando la forma de trabajar con el contacto, este aspecto es muy importante. En algunos casos puede darse la situación de que yo sugiera el seguimiento paralelo con un psiquiatra, esto sobre todo cuando después de algún tiempo de trabajo identificamos que algunos de los padecimientos ya requieren una atención de ese tipo porque se encuentran en niveles de ansiedad por ejemplo, que

superan al paciente en su capacidad para manejarlos, generalmente en estos casos se trata de situaciones que la persona viene arrastrando de mucho tiempo atrás, muy anterior a la aparición de la distonía y sólo lo sugiero cuando considero que es muy relevante para un proceso en particular.

JCJ Corrígeme si me equivoco, tengo entendido que una de las perspectivas que manejas de manera principal es la psicoterapia funcional, si esto es así ¿Cuál sería la diferencia de este enfoque respecto de otras corrientes psicológicas?

BEC Primero que trata de trabajar en distintos planos, el cognitivo-simbólico, el cultural, el fisiológico, y hay técnicas específicas que el Dr. Rispoli, quien integró esta visión, construyó desde las neurociencias, también desde la visión de la observación clínica y desde laboratorios sociales en los que se observan aspectos tales como el estrés por ejemplo que están tan acentuados en nuestro tiempo y para los cuales es necesario intervenir en el sistema nervioso autónomo, para eso hay técnicas que se tienen que realizar, que no son ejercicios, sino técnicas corporales y que haciendo ciertas mediciones tienen algunos efectos en nuestro organismo, esos recursos no implican posiciones complicadas, se trata de posturas y movimientos que cualquiera puede realizar y que favorecen a que tu presión arterial se nivele por ejemplo, se trata de herramientas que el Dr. Luciano Rispoli ha desarrollado en una investigación paralela, entramando diversas corrientes psico-terapéuticas, conocimiento neurobioquímico y neuro fisiológico que ya se tiene y que él, a partir de identificar las experiencias básicas por las que atraviesa nuestro organismo, va proponiendo cómo intervenir para lograr que las funciones complejas de nuestro organismo cuerpo-mente puedan ser moduladas, estas experiencias

básicas se refieren a aquellas por las que pasamos, como el estar dentro de útero materno, el nacer, el ser sostenido, el caminar etcétera.

Este tipo de vivencias nos marcan de alguna manera, aunque eso tampoco quiere decir que con eso ya todo esté dicho, hay suficiente margen de maniobra en nuestra vida para operar en esa complejidad, no se trata de una visión determinista, es únicamente conocer los antecedentes que se pudieron dar en algún momento de nuestro desarrollo, a veces existen hechos traumáticos que dejan una huella, pero también está el día a día, ese también deja su propia huella y no sólo en la infancia, también puede ser en la adolescencia o en cualquier otro momento de nuestra vida, entonces se trata de que a través de la psicoterapia funcional podamos identificar qué experiencias básicas están alteradas y a partir de ahí estar en condiciones de reconstruirlas. Pero también utilizo otras visiones.

JCJ Digamos que complementas tu formación que es muy ecléctica desde muchas partes.

BEC Pues es que mira, como decía un querido maestro, las personas somos tan distintas que los psicoterapeutas tenemos que aprender muchísimas cosas, incluso los estilos que prefieren los consultantes tenemos que respetarlos, hay quienes me dicen en este momento con la palabra, por ahora no entremos al cuerpo, a veces cuando nos encontramos personas con un autocontrol muy grande les cuesta soltarse corporalmente y son como robots, son cuestiones culturales que tenemos encarnadas, pero para poder soltar el control, cada persona necesita recuperar primero ciertas experiencias básicas, lo que sucede es que esa rigidez no es fortuita, tiene que ver con algún momento

en que fue necesario tomar el control para afrontar una situación, quizás de niño, fue algo que funcionó en su momento casi como un mecanismo de defensa y ahora hay que ubicarlo para poderlo liberar. Entonces es necesario hablarle a tu cuerpo con una forma de respirar, una forma de hablar, una forma de moverse, una postura, una atención sobre tu cuerpo, una atención sobre tus sueños, una atención sobre la imaginación, porque somos productores de símbolos.

JCJ Quería preguntarte, ¿Has identificado algunas características en aquellos pacientes que han logrado superar la distonía, respecto de aquellos otros que no lo han hecho?

BEC Mira, esa respuesta puede ser altamente estigmatizante, yo creo que hay un entorno que facilita el tratamiento y hay otro entorno que no y no solamente es económico, el tener la posibilidad de ser apoyados en ese momento del tratamiento es una parte muy importante, es necesario tomarlo en cuenta porque hay algunas personas que finalmente declinan por las circunstancias en las que están, interna y externamente. Con esta pregunta me haces recapacitar, yo creo que muchas veces nos olvidamos de que existe “un antes”, “un durante” y “un después”, con algunos consultantes el “antes” es muy importante para que el “durante” sea más o menos largo y ese “antes” está basado en sus aprendizajes y en cómo se reconocen a ellos mismos, pero creo que independientemente de eso, también es importante la confianza en el porvenir, entonces yo lo situaría en ambientes, más que en características personales, creo que si hay algo que podría definir en este momento, esto es, desde donde se posicionan ante el trastorno del movimiento. Mucho tiene que ver la rigidez de las ideas que ya tienen, y su idea de cómo debieran ser las cosas.

Yo trato de ser mesurada porque hoy en día todavía hay muchas cosas que nos estamos preguntando sobre la distonía, a veces es posible que la misma presión que los pacientes sienten sobre el tratamiento los haga dejarlo definitivamente, deciden muchas veces seguir dentro de la música, pero dedicándose a otras cosas, no necesariamente a la interpretación, algunos lo van haciendo pero sin soltar su tratamiento, para algunos justo es lo apropiado en ese momento y quizás luego retoman, pero a algunos otros la vivencia en sí quizás los hace dirigirse hacia otros derroteros; es difícil concluir de manera general, ahí si me gustaría recapacitar más bien sobre cada persona, y después hacer un recuento con ellos mismos para ver que ha pasado desde la distancia, porque puede ser largo o puede ser más largo pero exitoso.

JCJ Y te preguntaría ¿Has identificado si existen algunas resistencias que tenemos los músicos distónicos para entregarnos al tratamiento? y si es así ¿Cuáles serían algunos ejemplos de ello?

BEC Bueno, las resistencias son tales, vistas desde un cierto modelo teórico, el modelo desde el que yo trabajo no habla de resistencias, habla de experiencias básicas alteradas y me hace más sentido, porque en todo caso esas resistencias tienen que ser conocidas y están ahí por alguna razón, entonces no se trata de luchar contra ellas, se trata de conocerlas y de estar de esos lados para avanzar, a mi no me ha favorecido el tema de ir más allá con esas resistencias, sino más bien verlas de frente, entonces tu dirás ok, dime cuáles son, yo te hablaría más bien de impresiones que la persona tiene sobre sí mismo, creo que tiene que ver con no sentirte preparado para hacer contacto con tu dolor, frente a algo que sientes que vas a perder, también tiene que ver con creer que el perder control sobre las cosas

te va a hacer sentir más vulnerable. Para mi es difícil expresarlo desde mi perspectiva, pero ya cuando lo vamos trabajando todo esto va saliendo, por ejemplo yo hago una entrevista a la distonía de cada persona, como si fuera un personaje y cada distonía es diferente, hay personas que llegan a la conclusión de que no tienen remedio y así se perciben a sí mismas y eso es muy impactante para mí como terapeuta, luego vienen y te dicen que no han hecho los ejercicios y no han dado seguimiento al tratamiento, a veces algunos de ellos simplemente ya no regresan, por eso te digo que para mí es muy determinante desde donde te posicionas frente a la enfermedad.

JCJ ¿Y creés que quizás a veces los músicos podemos llegar a desarrollar una especie de identificación con la enfermedad y podemos refugiarnos en ella como si de alguna manera representara una zona de confort a la que llegaste para no tener que enfrentar algunas situaciones que te estaban rebasando en ese momento?

BEC A lo mejor algunos los han dicho; en lo que yo puedo percibir de ellos, no creo que se lleguen a sentir cómodos, tendría que preguntarte ¿A qué le llamas tú identificarte?

JCJ A que pasado el tiempo puedas ir haciendo una autoconstrucción identitaria, no ya como el músico, sino como el músico distónico y que eso se convierta en parte de tu manera de enfrentar la realidad.

BEC Bueno, eso sin duda. Una condición de salud puede llegar a robar una parte de tu sentido de identidad, eso se tiene identificado en el contexto de la salud pública, por ejemplo, cuando vas a un hospital y te dicen “los diabéticos de este lado” y yo digo, oye no es diabético en principio, se llama Pedro González por ejemplo, y es una persona que vive con una condición de salud, pero esa condición no lo define, sin embargo, si ocurre, ahí es cuando en el

contexto terapéutico es necesario identificar esa situación y trabajar con ella, justo para trabajar ese tipo de situaciones es que hago estas entrevistas a la distonía. Y cada distonía habla de manera diferente, esto es algo que aprendí desde la terapia narrativa, pero de manera paralela a este aspecto que mencionas en tu pregunta, está, en contraposición, un elemento que es el amor a la música.

JCJ Hablando de esto y ya para finalizar ¿Es posible que el músico pueda desarrollar una construcción identitaria más allá de la música?

BEC Yo te hablaría de que existe un fenómeno de aislamiento, al igual de lo que sucede con los deportistas de alto rendimiento. lo que suele pasar con los músicos es que se encierran en un mundito y resulta que si nos lesionamos perdemos toda nuestra carrera.

JCJ Y nuestra vida.

BEC. Si, efectivamente toda nuestra vida colapsa; entonces este término de aislamiento no es el más afortunado, quizás más adelante venga algún otro término que pueda definir de mejor manera esta situación, pero de momento a lo que me refiero es a que los músicos se privan muchas veces de cosas que tienen ver con su vida social, con su vida sentimental, con la posibilidad de desarrollarse en otras áreas, se encierran demasiado sobre su propio mundo y sobre las exigencias de lo que implica su propia profesión. Yo suelo preguntar, porque es importante desde la psicoterapia funcional ¿Qué cosas dejaste de hacer que te daban mucho placer? Y muchos me han hablado de sus quehaceres en otras artes, o en los deportes o en cualquier otro ámbito; pero luego se convierten en músicos y simplemente se olvidan de todo ello, se olvidan de esa persona que hay ahí y que va más allá del músico, y todo esto tiene que ver también con las condiciones de estudio,



de formación y de trabajo. Pero creo que este ejercicio será valioso en tanto que tu libro es un proyecto de carácter testimonial y eso aporta muchísimo a los otros músicos que tienen oportunidad de escuchar de boca de sus propios colegas todas esas experiencias y eso los hace sentirse comprendidos, porque uno habla desde la posición del especialista y es importante, pero para ellos también es muy importante escuchar este tipo de testimonios directos de aquellos que han pasado por el mismo lugar y que saben de primera mano lo que eso significa; para mi también es muy importante recibir esa retroalimentación de parte de ustedes como músicos y todo eso provoca en mí una reflexión profunda.

Yo los admiro muchísimo a ustedes como músicos y durante estos años he aprendido algo que no sabía, lo difícil que es ser músicos y el gran amor que ustedes profesan por aquello que hacen, en donde muchas veces sufren, pero también gozan y llegan al éxtasis y a la epifanía, en mi versión de la fábula de Esopo, la cigarra le contaría a la hormiga sobre todo aquello que le lleva a lugares increíbles y que se convierte en parte de su historia.

JCJ Te agradezco infinitamente Blanca, creo que todas estas ideas que nos compartes representan una gran aportación a este trabajo.

BEC Al contrario gracias a ti.

## **A manera de conclusión provisional**

No es mi intención hacer una lectura y un seguimiento interpretativo exhaustivo respecto de las entrevistas con los diferentes participantes de este libro, ni siquiera con mi propio testimonial; creo que ya cada uno de los participantes hace lo propio respecto de su experiencia y queda en manos del lector completar esas interpretaciones y unir algunas piezas del rompecabezas. Simplemente a manera de colofón de este trabajo me gustaría aventurar algunas generalizaciones que pudieran ayudar a vertebrar lo aquí vertido para una interpretación posterior más profunda.

Creo que si bien es cierto que cada uno de los participantes en este trabajo tenemos nuestra propia aproximación al fenómeno de la distonía, en función de nuestra experiencia particular al respecto, también es cierto que es posible advertir algunos vasos comunicantes entre esas experiencias y a partir de ahí estar en condiciones de ubicar algunos aspectos que atraviesan de manera transversal dicho fenómeno.

Me parece claro pues, que siendo la distonía un trastorno de tipo neurológico que se traduce en un desorden del movimiento y que tiene sus propias explicaciones desde el punto de vista científico, también es cierto que dichas explicaciones atienden sobre todo la descripción del trastorno ya materializado, desde la manifestación de sus síntomas de tipo fisiológico, motor, cerebral, etcétera, pero poco o casi nada, nos dicen dichas explicaciones acerca de las causalidades complejas que desencadenan la enfermedad.

Es evidente que el estudio repetitivo y obsesivo de la práctica instrumental es uno de los factores que contribuye al desarrollo de la distonía, y que ello ocurre cuando el instrumentista posee

un determinado nivel de práctica que ya lo ubica en el terreno de la alta especialización. Sin embargo, quedarnos ahí sería una posición muy reduccionista y que no hace justicia a una realidad, pues si bien al parecer éste es uno de los elementos comunes que se suelen observar en la mayoría de los músicos distónicos, también es cierto que existen muchísimos otros músicos que poseyendo esta característica no llegan a desarrollar la distonía, por lo que no se puede considerar como una variable definitiva y ni siquiera como una condición necesaria, como ya quedó evidenciado en alguna de las participaciones de este trabajo.

Habría que remitirnos entonces a una causalidad compleja que hasta ahora no ha sido suficientemente estudiada y que sin duda, engloba aspectos de diferente índole, desde los fisiológicos, técnicos, neurológicos, que pudiéramos ubicar como variables objetivas, hasta los psicológicos, sociológicos, filosóficos e idiosincráticos que se ubicarían en el espectro de la subjetividad, siendo estos últimos los más complejos para su interpretación.

Únicamente hasta que exista un corpus suficientemente robusto de estudios en este sentido, será posible acercarnos a la causalidad compleja que entraña la comprensión de un fenómeno como la distonía focal del músico, mientras tanto seguiremos atendiendo los síntomas de una realidad manifestada, pero poco se podrá hacer en términos de prevención y en términos de una atención más profunda de sus causas generadoras.

En la participación de los diferentes casos presentados en este trabajo pudimos observar como para cada uno de nosotros, la circunstancia de la distonía nos permitió desarrollarnos en campos diferentes al de la ejecución instrumental y ello a la postre representó una oportunidad para complementar nuestra formación musical y académica, esto nos sitúa en la reflexión en torno a la importancia de que el músico pueda cuestionarse

en torno a su identidad como persona y pueda diferenciarla en última instancia de su identidad como músico.

La anterior reflexión nos pone en el escenario en el que el músico pueda llegar a plantearse algo que quizás nunca había considerado como una salida viable, la posibilidad incluso de reinventarse como persona a partir de otra vocación distinta, sin que ello tuviera que representar necesariamente una frustración o un vacío existencial; es algo que quizá para otras personas pudiera resultar una obviedad, pero que para un músico la gran mayoría de las veces ni siquiera aparece como una alternativa real, debido al gran nivel de identificación que solemos tener con nuestra profesión.

En la medida en la que existe un aferramiento a nuestra identidad como músicos y como instrumentistas y que ello está muy cristalizado en nosotros; el sufrimiento por las expectativas frustradas a raíz de la enfermedad se convierte en padecimiento y ello a la larga termina siendo más relevante que la enfermedad en sí. Por eso este trabajo intenta centrarse en ese aspecto del padecimiento como objeto de estudio, más que en la enfermedad propiamente.

En este tenor de ideas, el padecimiento se suele componer de una serie de emociones, sensaciones y actitudes diversas tales como el miedo, la incertidumbre, la desesperanza, la esperanza, la frustración, el desencanto, la impaciencia, la negación, el aislamiento, el orgullo, el fracaso, la culpa, entre otras, que se van entretejiendo en un entramado en el que queda atrapado el músico casi sin darse cuenta.

Uno de los aspectos que se puede observar a lo largo de este trabajo es el relativo a la idiosincrasia del músico clásico y su característica competitiva, éste es un aspecto que sin duda podemos ubicar claramente como parte de las improntas profesionales que asumimos en nuestra etapa formativa y que permean fuertemente nuestra construcción identitaria como

músicos, es importante conceptualizar este aspecto no como una característica personal del individuo, sino como una especie de deformación profesional que tiene que ver con todo un sistema educativo y profesional en el ámbito musical, especialmente dentro de la música clásica, pero no exclusivamente.

Atender esta problemática nos remite necesariamente a los terrenos de la filosofía de la música y más concretamente a los del sentido de la interpretación musical:

*El aspecto competitivo prevalece y provoca un desajuste de valores que permea muy profundamente la construcción identitaria del guitarrista, de manera que a quien no haya ganado un cierto número de concursos, a quien no haya grabado con cierta compañía disquera y no participe en ciertos circuitos internacionales, no le será fácil librarse de cierto sentimiento de frustración tras el objetivo no cumplido. Éste es el caso mayoritario, pues son realmente muy pocos los que logran tales propósitos. El empeño en ser aceptados por el gremio, conlleva una homogeneización de las prácticas interpretativas que va más allá de las convenciones estilísticas y que está marcada por las figuras que han logrado dichos objetivos. Todo esto implica un sistema de aprendizaje basado en la imitación, más que en la interpretación, y en el más que en la autenticidad artística. Esto sucede, en gran medida, debido a una idea no muy clara del sentido de la interpretación musical (Jiménez, 2015).*

Es necesario pues, interrogarnos por ese sentido y retomar con ello nuestra motivación primigenia para ser músicos y ahí nace la pregunta del “desde donde” hacemos lo que hacemos. Quizá entonces podremos reconectar con aquella música primera que nos cautivó y con aquel niño que una vez amó la música antes de la tormenta.

## **Bibliografía**

- Azagra Rueda, V. (2006). La salud del guitarrista. Guía para estudiar sin esfuerzo, prevenir lesiones y mejorar el rendimiento. Madrid: Acordes Concert.
- Barrón, C.J. (2014) Escritos en torno a la música mexicana. Zacatecas. Universidad Autónoma de Zacatecas-Miguel Ángel Porrúa.
- Blacking, J. (1973/2006). Madrid: Alianza.
- Busquet, L. (2004). (Vol. 1). Barcelona: Paidotribo.
- Carranza, J., Álvarez, F., & Bernstein, C. et. al (1994). Universidad de Extramadura.
- Crick, F. H. (1994). Barcelona: Debate.
- Dalia Cirujeda, G., & Pozo López, Á. (2006). Madrid: Mundimúsica.
- Doumet Vera, S. (31 de 03 de 2008). Recuperado el 26 de 07 de 2023, de Medicina: revista de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Católica de Santiago de Guayaquil: <https://editorial.ucsg.edu.ec/ojs-medicina/index.php/uscg-medicina/article/wiev/267>
- Eisner, E. (1998). El ojo ilustrado. Madrid: Paidós Ibérica.
- Fábregas, S., & Rosset, J. (2005). Barcelona: Paidotribo.
- Fojo, F. (2014). Síndrome de renuncia o resignación. (4).
- Fuguet, A. (1998). Santiago: Miranda.
- Guillem-Llobat, X. (2007). La ideología en la nutrición. En M. & Campos, (págs. 197-206). Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas CSIC.

- Gyaltzen, R. (01 de enero de 2022). Recuperado el 11 de 07 de 2023, de paramita.org: [cursos.paramita.org/phant-player?courseid=soltar&unit=622cc8ac74519c1ee1146be6](https://cursos.paramita.org/phant-player?courseid=soltar&unit=622cc8ac74519c1ee1146be6)Unit
- Jorgensen, H., & Lehmann, A. C. (1997). . Oslo: Norges Musikkhogskole.
- Lacarcel, J. (2001). . Madrid: A. Machado.
- Levitin, D. J. (2008). Barcelona: RBA libros.
- López-Cano, R. (2014). Barcelona: FONCA-ESMUC.
- López de la Llave, A., & Pérez-Llantada de la Rueda, M. d. (2006). Madrid: Thomson.
- Martínez Cortés, F. (1983). México: La medicina del hombre en su totalidad.
- Merriam, A. (2009). La antropología de la música. Barcelona: Ediciones Nortedur.
- Morin, E. (1981a). Madrid: Cátedra.
- Nicolescu, B. (1996). Mónaco: Ediciones Roucher.
- Nicolescu, B. (1999). México: Fondo de Cultura Económica.
- Ojeda, C. (2001). Francisco Varela y las ciencias cognitivas. pp. 45-63.
- Pelinsky, R. (1995). Relac (Rosset I Llobet, 2012)iones entre teoría y método en etnomusicología: los modelos de J. Blacking y S. Arom. Recuperado el 20 de julio de 2011, de TRANS. Revista transcultural de música: <http://www.sibetrans.com/>

- Ponce, M. M. (2014). Escritos de Manuel. M. Ponce. En J. B. Corvera, (págs. 25-42). Zacatecas, Zacatecas, México: Porrúa.
- Romo, S. (21 de 03 de 2016). . Recuperado el 08 de 08 de 2023, de casasenit.com.mx: casasenit.com.mx
- Rosset I Llobet, J. (06 de febrero de 2012). La salud del músico. . (M. Cáceres, Entrevistador)
- Rosset I Llobet, J., Candia, V., & Fábregas, S. e. (enero de 2007). Secondary motor disturbances in 101 patients whit musician´s dystonia. , 949-53.
- RAE. (2001). Recuperado el 18 de agosto de 2023, de <http://www.rae.es/rae.html>
- Peretz, I. (2002) La musica e il cervello. In, J. Nattiez, M. Bent, R. Dalmonte & M. Baroni (Eds.), Enciclopedia della musica vol. II, Torino: G. Einaudi.
- Sacks, O. (2009). Madrid: Anagrama.
- Stake, R. E. (1998). Morata.
- Varela, F. (1990). Barcelona: Gedisa.
- Velasco, M. (18 de junio de 2022). . Recuperado el 16 de agosto de 2023, de Huffpost: [huffingtonpost.es/entry/sindrome-resignación-enfermedad-niños.refugiados-en-suecia-que-temen-la-deportación\\_es\\_6295fdf9e4b0933e7377f962.html](https://huffingtonpost.es/entry/sindrome-resignación-enfermedad-niños.refugiados-en-suecia-que-temen-la-deportación_es_6295fdf9e4b0933e7377f962.html)
- Vieillard, S., Roy, M. & Peretz, I. (Published online) “Expressiveness in Musical Emotions”.





*Distonía focal del músico. Una investigación auto-etnográfica,*  
se terminó de imprimir el 20 de marzo de 2024 en los  
talleres de Integra. Arista número 2086, colonia Villaseñor,  
44600, Guadalajara, Jalisco, México.

La edición constó de 200 ejemplares.

Cuidado de edición:  
Yolanda Alonso, corrección  
Mónica Borrego, diseño editorial



