



**MISAE ACOSTA**  
INSTITUTO UNIVERSITARIO

**“APLICACIÓN DE TERAPIAS DE SONIDO CON  
CUENCOS DE CUARZO EN PERSONAS CON  
DIAGNÓSTICO DE ANSIEDAD”**

**Trabajo de Titulación Previo a la Obtención del Título de  
Tecnólogo en Naturopatía Mención Clínica y Cuidado del  
Paciente**

**Autor:**

**JUAN PABLO MACANCELA SANTACRUZ**

**Tutor:**

**TLGA. PATRICIA ORELLANA**

**RIOBAMBA, 2024**



**MISAE ACOSTA**  
INSTITUTO UNIVERSITARIO

## **DECLARACIÓN DE AUTORÍA**

Yo, Juan Pablo Macancela Santacruz, autor de la presente investigación, con cédula de ciudadanía N° 010350635-8, libre y voluntariamente declaro que el trabajo de titulación: “APLICACIÓN DE TERAPIAS DE SONIDO CON CUENCOS DE CUARZO EN PERSONAS CON DIAGNÓSTICO DE ANSIEDAD”; es de mi plena autoría, original y no es producto de plagio o copia alguna, constituyéndose en documento único, de acuerdo a los principios de la investigación científica. El patrimonio intelectual del trabajo investigativo pertenece al Instituto Superior Universitario Dr. Misael Acosta Solís.

Es todo cuanto puedo decir en honor a la verdad.

Riobamba, 20 de enero de 2024.

Juan Pablo Macancela Santacruz

C.C. 010350635-8

AUTOR



**MISAE ACOSTA**  
INSTITUTO UNIVERSITARIO

## ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Riobamba, 20 de enero de 2024.

Yo, TLGA. PATRICIA ORALLANA, en mi calidad de tutor/a, certifico que el estudiante JUAN PABLO MACANCELA SANTACRUZ del año lectivo 2022-2024, ha trabajado conmigo en el desarrollo del Trabajo de Titulación: “APLICACIÓN DE TERAPIAS DE SONIDO CON CUENCOS DE CUARZO EN PERSONAS CON DIAGNÓSTICO DE ANSIEDAD”, certifico que el mencionado trabajo cumple con todos los requisitos legales y tecnológicos; en virtud de ello le asigno la calificación de 10/10, con 10% de plagio, revisado a través del sistema de anti plagio que maneja la institución, particular que pongo a consideración para los fines pertinentes.

Atentamente,

---

Tlga. Patricia Orellana

C.C. 010281988-5

TUTOR

## ACTA DE EVALUACIÓN

Riobamba, 20 de enero de 2024.

El tribunal de Evaluación del Trabajo de Titulación, previa la obtención del título de **TECNÓLOGO EN NATUROPATÍA MENCIÓN CLÍNICA Y CUIDADO DEL PACIENTE**

POR CONSENSO ADJUNTA LA CALIFICACIÓN DE:

.....9,75.....

Al Trabajo de Titulación: **“APLICACIÓN DE TERAPIAS DE SONIDO CON CUENCOS DE CUARZO EN PERSONAS CON DIAGNÓSTICO DE ANSIEDAD”**

**AUTOR: PABLO MACANCELA SANTACRUZ**

**TUTOR: TLGA. PATRICIA ORALLANA**

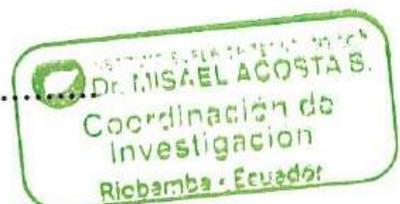
Código de proyecto N.º.....

Por el TRIBUNAL.

f..........

Por el DEPARTAMENTO DE INVESTIGACIÓN.

f..........



## DEDICATORIA

*Quiero dedicar esta tesis a mi amada esposa Monserrath y a mi querido hijo Mateo, este logro no habría sido posible sin el amor incondicional, paciencia y apoyo constante que ustedes me han brindado a lo largo de este desafío, pero gratificante viaje académico. A cada paso, su aliento ha sido mi fortaleza, y su comprensión ha sido mi mayor bendición.*

## AGRADECIMIENTO

*Quiero expresar mi sincero agradecimiento a dios dador de vida, a mis guías, maestros y seres de luz, a mis padres y hermanas que con sus palabras de aliento han sido mi motivación constante, recordándome que no hay límites para lo que puedo lograr.*

*A la licenciada Patricia Orellana,*

*Quisiera extender unas palabras de profundo agradecimiento por su excepcional orientación y apoyo durante el arduo viaje de esta investigación. Su compromiso inquebrantable y experiencia han sido faros que han iluminado mi camino académico.*

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

<i>DECLARACIÓN DE AUTORÍA</i> .....	<i>II</i>
<i>ACTA DE EVALUACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN</i> .....	<i>III</i>
<i>ACTA DE EVALUACIÓN</i> .....	<i>IV</i>
<i>ÍNDICE DE CONTENIDOS</i> .....	<i>VII</i>
<i>ÍNDICE DE TABLAS</i> .....	<i>VIII</i>
<i>ÍNDICE DE FIGURAS</i> .....	<i>IX</i>
<i>ÍNDICE DE ANEXOS</i> .....	<i>XII</i>
<i>RESUMEN</i> .....	<i>XIII</i>
<i>ABSTRACT</i> .....	<i>XIV</i>
<i>CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN</i> .....	<i>1</i>
<i>CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO</i> .....	<i>4</i>
<i>CAPÍTULO III: METODOLOGÍA</i> .....	<i>29</i>
<i>CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN</i> .....	<i>35</i>
<i>CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</i> .....	<i>60</i>
<i>BIBLIOGRAFÍA</i> .....	<i>62</i>
<i>ANEXOS</i> .....	<i>1</i>

## ÍNDICE DE TABLAS

<i>Tabla 1: Niveles de ansiedad según sus efectos. ....</i>	<i>7</i>
<i>Tabla 2: Tipos de trastorno de ansiedad según la Asociación de Psiquiatría Americana. ....</i>	<i>8</i>
<i>Tabla 3: Síntomas de ansiedad en los niños y niñas. ....</i>	<i>11</i>
<i>Tabla 4: Síntomas de ansiedad en adolescentes y jóvenes. ....</i>	<i>13</i>
<i>Tabla 5: Señales y síntomas del trastorno de ansiedad generalizada. ....</i>	<i>15</i>
<i>Tabla 6: Tipos de medicina alternativa y complementaria de salud. ....</i>	<i>18</i>

## ÍNDICE DE FIGURAS

<i>Ilustración 1: Nombre y ubicación de los chakras del cuerpo humano. ....</i>	<i>20</i>
<i>Ilustración 2: Correlación de los 7 chakras principales del cuerpo humano. ....</i>	<i>21</i>
<i>Ilustración 3: Vórtices energéticos de los 7 chakras del cuerpo humano. ....</i>	<i>22</i>
<i>Ilustración 4: Cómo se produce el fenómeno del uso del péndulo? .....</i>	<i>23</i>
<i>Ilustración 5: Tabla de radiestesia práctica SI-NO-Quizás. ....</i>	<i>24</i>
<i>Ilustración 6: Tabla de radiestesia práctica SI-NO-Tal vez. ....</i>	<i>24</i>
<i>Ilustración 7: Las notas musicales y los 7 chakras del cuerpo humano. ....</i>	<i>27</i>
<i>Ilustración 8: En Ecuador, las 5 principales causas de consultas por problemas mentales, datos de enero a julio de 2023. ....</i>	<i>33</i>
<i>Ilustración 9: Trastorno mixto de ansiedad y depresión en Ecuador, datos de enero a julio de 2023. ....</i>	<i>34</i>
<i>Ilustración 10: Trastorno de ansiedad generalizada en Ecuador, datos de enero a julio de 2023. ....</i>	<i>34</i>
<i>Ilustración 11: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 1-3 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>37</i>
<i>Ilustración 12: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 4-6 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>38</i>
<i>Ilustración 13: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 7-9 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>39</i>
<i>Ilustración 14: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 10-12 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>40</i>
<i>Ilustración 15: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 13-15 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>41</i>
<i>Ilustración 16: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 16-18 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>42</i>

<i>Ilustración 17: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 19-21 Escala de Goldberg. ....</i>	<i>43</i>
<i>Ilustración 18: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 1 de 45 años. ....</i>	<i>44</i>
<i>Ilustración 19: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 2 de 30 años. ....</i>	<i>45</i>
<i>Ilustración 20: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 3 de 60 años. ....</i>	<i>46</i>
<i>Ilustración 21: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 4 de 45 años. ....</i>	<i>47</i>
<i>Ilustración 22: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 5 de 48 años. ....</i>	<i>48</i>
<i>Ilustración 23: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 6 de 29 años. ....</i>	<i>49</i>
<i>Ilustración 24: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 7 de 21 años. ....</i>	<i>50</i>
<i>Ilustración 25: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 8 de 40 años. ....</i>	<i>51</i>
<i>Ilustración 26: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. ....</i>	<i>52</i>
<i>Ilustración 27: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 1 Muladhara. ....</i>	<i>53</i>
<i>Ilustración 28: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 2 Svadhishtana. ....</i>	<i>54</i>
<i>Ilustración 29: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 3 Manipura. ....</i>	<i>55</i>
<i>Ilustración 30: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 4 Anahata. ....</i>	<i>56</i>

<i>Ilustración 31: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 5 Vishuda.....</i>	<i>57</i>
<i>Ilustración 32: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 6 Ajna. ....</i>	<i>58</i>
<i>Ilustración 33: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 7 Sahasrara. ....</i>	<i>59</i>

## ÍNDICE DE ANEXOS

<i>Anexo Formato Historia clínica.....</i>	<i>79</i>
<i>Anexo Formulario Escala de depresión y ansiedad de Goldberg.....</i>	<i>83</i>
<i>Anexo Formulario Test de radiestesia práctica, método péndulo.....</i>	<i>84</i>
<i>Anexo Registro fotográfico.....</i>	<i>85</i>

## RESUMEN

El presente proyecto de investigación tiene como objetivo verificar la eficacia de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo en personas con diagnóstico de ansiedad, lo cual, mediante la aplicación del sonido, la vibración que estos instrumentos armónicos produce, incide en la armonización de los siete chakras principales del cuerpo, permitiendo de esta manera, la reducción de los síntomas relacionados con los niveles de ansiedad, estimulando a la persona, alcanzar estados de relajación y bienestar con el simple hecho de escuchar los sonidos que producen los cuencos de cuarzo, los resultados obtenidos durante el procesamiento y obtención de datos, permitió la identificación de la variación de los síntomas de ansiedad generalizada en personas mayores a 18 años de edad, para lo cual se aplicó técnicas de radiestesia práctica y protocolos terapéuticos sustentados en la medicina cuántica.

**PALABRAS CLAVE:** ansiedad, terapia de sonido, cuencos de cuarzo, péndulo.

## **ABSTRACT**

The objective of this research project is to verify the effectiveness of sound therapy with quartz bowls in people diagnosed with anxiety, which, through the application of sound, the vibration that these harmonic instruments produce, affects the harmonization of the seven main chakras of the body, thus allowing the reduction of symptoms related to anxiety levels, stimulating the person to achieve states of relaxation and well-being by simply listening to the sounds produced by the quartz bowls, the results obtained during the processing and obtaining of data allowed the identification of the variation in the symptoms of generalized anxiety in people over 18 years of age, for which practical dowsing techniques and therapeutic protocols based on quantum medicine were applied.

**KEYWORDS:** anxiety, sound therapy, quartz singing bowls, pendulum.

# CAPÍTULO I: INTRODUCCIÓN

## I. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

La ansiedad es un trastorno mental común que afecta a millones de personas en todo el mundo, sus síntomas pueden ser debilitantes y reducen significativamente la calidad de vida de quienes lo padecen. En función de los efectos, se identifican varios “tipos y niveles de ansiedad”<sup>1</sup> que una persona puede manifestar, pudiendo ser: *ansiedad leve* generalmente asociada a tensiones de la vida cotidiana, donde el individuo pasa en estado de alerta constante; *ansiedad moderada* donde el individuo tiende a centrarse sólo en las preocupaciones inmediatas, lo cual incide en la disminución del campo de percepción y la persona bloquea determinadas áreas de su vida y de su pensamiento, no obstante, le es posible reconducirse si se concentra en ello; *ansiedad grave* donde el individuo presenta una reducción significativa del campo perceptivo, la persona puede centrarse en detalles específicos, no obstante, no puede pensar en nada más; y la ansiedad manifiesta como *angustia*, en la cual el individuo percibe miedo o terror incapacitándolo de realizar cualquier actividad, en este nivel podría presentarse una desorganización de la personalidad, debido a que, un período prolongado de angustia podría generar agotamiento extremo e incluso la muerte, dado que al manifestarse un aumento de la actividad motora, disminución de la capacidad para relacionarse, percepción distorsionada de la realidad y pérdida del pensamiento racional, afectará la salud mental del individuo, produciendo alteraciones en su conducta y estilo de vida.

Los trastornos de ansiedad se vuelven un problema mayor puesto que se

---

<sup>1</sup> Portal de la Salud. Gobierno de Navarra a la Ciudadanía. Mi enfermedad (Online). Available from: [http://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad](http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad).

acompañan de otros trastornos que afectan a la salud mental de una persona, no solo afectándola a sí misma, sino que también incide en el entorno que se desarrolla, ya sea en su vida familiar, estudiantil, profesional o relacionamientos en la sociedad; dado que el individuo, tras un estado de ansiedad, puede desencadenar episodios de depresión, abuso de sustancias, problemas para dormir, problemas digestivos o intestinales, dolores de cabeza y dolor crónico, aislamiento social, problemas en la escuela, universidad o en el trabajo, llevando este estado de ansiedad incluso a desequilibrios físicos y cambios en el comportamiento, tomando en cuenta que la ansiedad provoca nerviosismo excesivo, miedo aprehensión y preocupación, etc., esto altera la forma en que una persona procesa sus emociones y sus pensamientos para desenvolverse y tomar decisiones en la vida.

## **II. JUSTIFICACIÓN:**

La justificación de este proyecto de investigación radica en la necesidad de abordar la ansiedad desde enfoques terapéuticos alternativos y/o complementarios para el cuidado del paciente, que sean efectivos, seguros, oportunos y que permitan mitigar los estados de ansiedad en un amplio espectro de personas. Dado que la terapia de sonido con cuencos de cuarzo se basa en principios de resonancia y vibración, mediante la aplicación de los conocimientos adquiridos en materia de naturopatía, dicha terapia podría tener un impacto positivo en la relajación y el bienestar psicológico de las personas con ansiedad.

Es de mi interés que, mediante la aplicación de terapias de sonido con cuencos de cuarzo en personas con diagnóstico de ansiedad, apoye a los individuos dispuestos a generar cambios en la calidad de su vida y que esta aplicación terapéutica les permita mantener una equilibrada salud mental. Así mismo, mediante esta investigación pretendo generar un aporte al describir aquellos hitos relevantes en materia de la incidencia sonora de los cuencos de cuarzo en la salud humana, además de aquellas reflexiones y/o retroalimentaciones de las

personas con ansiedad, que permitan compartir su proceso terapéutico vivido.

### **III. HIPÓTESIS:**

La aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, tiene un efecto de carácter perceptual positivo, para disminuir los síntomas de las personas del sector urbano del cantón Cuenca, con diagnóstico de ansiedad.

### **IV. OBJETIVOS:**

- **OBJETIVO GENERAL:**

Verificar la eficacia de la terapia del sonido en cada centro de energía, aplicada al trastorno de ansiedad previo diagnóstico, en personas de las parroquias del sector urbano del cantón Cuenca, provincia del Azuay.

- **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- a. Aplicar un método de diagnóstico a hombres y/o mujeres mayores o igual a 18 años de edad residentes en las parroquias urbanas del cantón Cuenca, que permita identificar estados de ansiedad en las personas.
- b. Aplicar un protocolo de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, de manera individual, en personas con diagnóstico de ansiedad.
- c. Describir la variación de los síntomas manifestados por personas en estados de ansiedad antes y después de la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo.

## CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO

### A. TRASTORNO DE ANSIEDAD:

Como punto de partida para el desarrollo de este trabajo de investigación, precisa enmarcar aquello que refiere como ansiedad, acorde Daniel y Élica Rota, en su libro *“Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época”*<sup>2</sup>, se define a la ansiedad como una reacción emocional normal ante una percepción de amenaza o peligro, como mecanismo de protección de un individuo; no obstante, cuando esta reacción emocional es desmedida y fuera de control, la ansiedad puede llevar al individuo a paralizarse o de manera contraria, a exacerbar conductas, comportamientos y/o acciones.

En este contexto, la ansiedad consiste en un malestar psicofísico que se caracteriza por sensaciones de angustia, nerviosismo, inquietud, inseguridad, tensión, temor, miedo, incluso pánico, desasosiego, ante diferentes vivencias o situaciones que el individuo interpreta como una amenaza de causa indefinida, que pueda alterar el curso del pensamiento, lo cual genera ser poco objetivo, mirar de manera pesimista y catastrófica, limitando de esta manera, la capacidad de concentración y atención, debido a que el pensamiento lo enfoca en demasiadas ideas de sufrimiento; los referidos autores del libro, manifiestan que la ansiedad, como angustia patológica es desmedida y persistente en el planteamiento de futuros inciertos o amenazantes, restando al individuo, la autonomía y desarrollo personal, haciendo notar que las personas que padecen de ansiedad no suelen ser comprendidas por las personas que las rodean, es por ello, que considero importante que las personas que sientan ansiedad puedan tomar acción preventiva de su salud a fin de no deteriorar los estados de salud o agravar los niveles de ansiedad.

---

<sup>2</sup> Daniel y Élica Rota. *Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época*. e625. Dallas, Texas USA. 2021; 6-7. (Online). Available from: <https://es.scribd.com/document/502765948/ANSIEDAD-BOOK>.

Según psicólogos especialistas en el tratamiento de la ansiedad de la *Clínica de la Ansiedad* en Madrid y Barcelona, España, en su artículo “*La ansiedad como sistema de alerta normal, adaptativo y universal*”<sup>3</sup>, hacen referencia a la ansiedad como un sistema de alerta y activación ante situaciones consideradas amenazantes, que le suceden a todas las personas, hombres, mujeres; desde ese punto de vista, consideran que la ansiedad “...*bajo condiciones normales, mejora el rendimiento y la adaptación al medio social, laboral, o académico. Tiene la importante función de movilizarlos frente a circunstancias amenazantes o preocupantes, de forma que hagamos lo necesario para evitar el riesgo, neutralizarlo, asumirlo o afrontarlo adecuadamente (...)*”<sup>4</sup>

Así mismo, desde otro punto de vista, en el artículo *ibidem*, los psicólogos de la Clínica de la Ansiedad de España, hacen mención a que la ansiedad, cuando sobrepasa determinados límites, se convierte en un problema de salud, dado que impide el bienestar, e interfiere notablemente en las actividades sociales, laborales, o intelectuales. Además, mencionan que puede limitar la libertad de movimientos y las opciones personales, por lo que indican que, en esos casos no se está ante un simple problema de “nervios”, sino ante una alteración de la salud que requiere atención oportuna.

De manera relevante en el artículo *ibidem* de la Clínica de la Ansiedad de España, refiere a que una mejora espontánea enfatizando “sin consulta ni tratamiento” de los problemas por ansiedad es improbable, puesto que tan solo se da en muy pocos casos. Menciona que, en la mayoría de los casos la ansiedad tiende a mantenerse, e incluso a extenderse y a generalizarse; que tratar de sobreponerse a base de fuerza de voluntad, como suelen pensar

---

<sup>3</sup> Clínica de la Ansiedad. La ansiedad como sistema de alerta normal, adaptativo y universal. Madrid, Barcelona, España. (Online). Available from: <https://clinicadeansiedad.com/problemas/introduccion/ansiedad-sistema-alerta/>

<sup>4</sup> Clínica de la Ansiedad. La ansiedad como sistema de alerta normal, adaptativo y universal. Madrid, Barcelona, España. (Online). Available from: <https://clinicadeansiedad.com/problemas/introduccion/ansiedad-sistema-alerta/>

algunas personas, no es una forma efectiva de tratar los trastornos de ansiedad. Consideran que, lo más conveniente es tratarse lo antes posible, considerando que la gran mayoría de los casos, mejoran siguiendo el tratamiento adecuado.

Según lo publicado por el Gobierno de Navarra a la ciudadanía en su portal web Salud Navarra, con relación a qué es, la ansiedad, expone que: *“La ansiedad es una emoción natural y sana que se desencadena en los seres humanos como respuesta a una situación de amenaza o peligro real o potencial, de estrés o preocupación”*<sup>5</sup>, la considera como un mecanismo de defensa que permite al ser humano enfrentarse a los cambios de la vida. De manera precisa refiriéndose a la ansiedad cita: *“es una aprensión difusa de naturaleza vaga, que se asocia con sentimientos de incertidumbre, impotencia e inseguridad”*<sup>6</sup>.

Comenta que cierto grado de ansiedad, es útil en la medida en la que mejora la capacidad de concentración y de reacción de un ser humano, de manera que responda de una forma más adecuada, con más precisión y rapidez a ciertas situaciones extraordinarias; no obstante, menciona que la ansiedad se describe como una sensación un tanto desagradable. De tal forma que, cuando la ansiedad es desproporcionada, irracional, inservible, podría convertirse en una ansiedad patológica, aspecto que supone un obstáculo en la vida del ser humano pues, lo inhibe, lo bloquea, lo interfiere en la realización de algunas y diversas actividades cotidianas. Enfatiza en que los trastornos de ansiedad, alcanzan una magnitud semejante a la de los afectivos y tienden a la cronicidad, generando como consecuencia diferentes grados de discapacidad en las personas que la

---

<sup>5</sup> Portal de la Salud. Gobierno de Navarra a la Ciudadanía. Mi enfermedad (Online). Available from:  
[http://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad](http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad).

<sup>6</sup> Portal de la Salud. Gobierno de Navarra a la Ciudadanía. Mi enfermedad (Online). Available from:  
[http://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad](http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad).

padecen. Según Salud Navarra, los niveles de ansiedad pueden definirse en función de los efectos, identificándose los siguientes cuatro:

**Tabla 1: Niveles de ansiedad según sus efectos.**

<b>Nivel de ansiedad</b>	<b>Referencias del nivel de ansiedad</b>
Ansiedad leve	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Asociada a tensiones de la vida diaria.</li> <li>• La persona se encuentra en situación de alerta y su campo de percepción aumenta.</li> <li>• Este tipo de ansiedad puede propiciar el aprendizaje y la creatividad.</li> </ul>
Ansiedad moderada	<ul style="list-style-type: none"> <li>• En la cual la persona se centra sólo en las preocupaciones inmediatas.</li> <li>• Esto implica una disminución del campo de percepción.</li> <li>• La persona bloquea determinadas áreas, pero puede reconducirse si se centra en ello.</li> </ul>
Ansiedad grave	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hay una reducción significativa del campo perceptivo.</li> <li>• La persona puede centrarse en detalles específicos, sin poder pensar nada más.</li> <li>• La conducta se centra en aliviar la ansiedad.</li> </ul>
Angustia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Temor, miedo, terror.</li> <li>• La persona es incapaz de realizar ninguna actividad, ni aun siendo dirigida.</li> <li>• La angustia supone una desorganización de la personalidad, y puede ser fatal, ya que un período prolongado de angustia podría producir agotamiento y muerte.</li> <li>• Se manifiesta por un aumento de la actividad motora, disminución de la capacidad para relacionarse, percepción distorsionada y pérdida del pensamiento racional.</li> </ul>

Fuente: Salud Navarra, Cuatro niveles de ansiedad en función de sus efectos, aviso legal actualizado 2022.

Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

Según la Asociación de Psiquiatría Americana, publicado en el artículo de Salud Navarra, los trastornos de ansiedad se clasifican de la siguiente manera:

**Tabla 2: Tipos de trastorno de ansiedad según la Asociación de Psiquiatría Americana.**

Tipos trastorno de ansiedad	Referencia
Ataques de pánico	Crisis de ansiedad, crisis de angustia, panic attack: Aparición temporal y aislada de miedo o malestar intensos, acompañada de otros síntomas (palpitaciones, temblores, escalofríos, sudoración, opresión en el pecho, sensación de ahogo o atragantamiento, náuseas o molestias abdominales, mareos, miedo a morir o a perder el control) que se inician bruscamente y alcanzan su máxima expresión en los primeros 10 minutos.
Agorafobia	Aparición de ansiedad al encontrarse en lugares o situaciones donde escapar puede resultar difícil (o embarazoso), o donde no se dispone de ayuda, o más o menos relacionada con una situación (pasar por un puente, o viajar en autobús, tren o automóvil). Se suele relacionar con el trastorno de angustia.
Fobia específica	Temor acusado y persistente que es excesivo o irracional, desencadenado por la presencia o anticipación de un objeto o situación específicos (p. ej., volar, precipicios, animales, administración de inyecciones, visión de sangre).
Fobia social	Temor acusado y persistente que se desencadena ante una o más situaciones sociales en las que la persona se siente evaluada o expuesta a desconocidos/otros semejantes que no son de su confianza.
Trastorno por estrés postraumático	La persona ha estado expuesta a un acontecimiento extraordinariamente traumático (muerte, amenaza de vida), y éste es re-experimentado persistentemente a través de recuerdos, sueños. Existe una evitación persistente de estímulos asociados al trauma y embotamiento de la reactividad general del individuo.

<b>Tipos trastorno de ansiedad</b>	<b>Referencia</b>
Trastorno por estrés agudo	<p>Durante o después de un acontecimiento traumático, el individuo presenta varios de los siguientes síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sensación subjetiva de embotamiento, desapego o ausencia de reactividad emocional.</li> <li>• Reducción del conocimiento de su entorno (p. ej., estar aturdido).</li> <li>• Sentimientos de extrañeza (con uno mismo o con el entorno).</li> <li>• Amnesia selectiva (p. ej., incapacidad para recordar un aspecto importante del trauma).</li> <li>• Conductas evitativas.</li> </ul>
Trastorno de ansiedad generalizada	<p>Ansiedad y preocupación excesivas sobre una amplia gama de acontecimientos o actividades (como el rendimiento laboral o escolar), que se prolongan más de 6 meses. Al individuo le resulta difícil controlar este estado de constante preocupación. Suelen aparecer los siguientes síntomas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Inquietud o impaciencia.</li> <li>• Fatigabilidad fácil.</li> <li>• Dificultad para concentrarse o tener la mente en blanco.</li> <li>• Irritabilidad.</li> <li>• Tensión muscular.</li> <li>• Alteraciones del sueño.</li> </ul>
Trastorno de ansiedad inducido por sustancias	<p>Cuando los síntomas aparecen durante la intoxicación o abstinencia (o en el primer mes siguiente) por un tóxico o medicamento. Los más frecuentes son: alcohol, alucinógenos, anfetaminas o sustancias similares, cafeína, cannabis, cocaína, inhalantes, sedantes, hipnóticos o ansiolíticos etc.</p>

Fuente: Salud Navarra, Tipos de trastorno de ansiedad, aviso legal actualizado 2022.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

Acorde las diferentes fuentes bibliográficas consultadas, los autores coinciden en que, los trastornos de ansiedad pueden presentarse en cualquiera de las etapas de la vida del ser humano, tal como lo menciona Salud Navarra en su artículo *“Los trastornos de ansiedad y las etapas de la vida”*<sup>7</sup>, se resume:

- La ansiedad en la etapa de la niñez, interfiere en el desarrollo normal de su vida, así como también, cuando las manifestaciones de la ansiedad son muy intensas, en este trastorno se incluye aquellas causas de índole de separación de cualquier tipo.
- La ansiedad en la etapa de embarazo, debido a los cambios fisiológicos y vitales que el embarazo implica, la ansiedad se atribuye, por una parte, a la inestabilidad emocional producto del desajuste hormonal típico del periodo de gestación y, por otra parte, lo relacionado con la preocupación del desarrollo del bebé, la carga afectiva del embarazo y el deseo y necesidad de acomodar el hogar para la llegada del bebé al hogar.
- La ansiedad en la etapa de la vejez, se dice que están relacionados con depresión, demencias, alcoholismo y con problemas físicos que pueden generar inseguridad o dependencia no deseada en los adultos mayores, además se dice que son pocas las veces en que el trastorno de ansiedad en la vejez es un diagnóstico principal, debido a que lo principal estaría relacionado, por ejemplo: con la depresión, la soledad, o enfermedades somáticas.

---

<sup>7</sup> Salud Navarra. Los trastornos de ansiedad y las etapas de la vida. Online. Available from: [https://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/trastornos+ansiedad+y+etapas+vida/](https://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad/Introduccion/trastornos+ansiedad+y+etapas+vida/)

## B. SÍNTOMAS MÁS FRECUENTES DE LA ANSIEDAD:

Según Los Rota, en su libro *“Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época”*<sup>8</sup> se identifican los siguientes síntomas en el ser humano, los cuales presento a continuación mediante tablas descriptivas:

**Tabla 3: Síntomas de ansiedad en los niños y niñas.**

<ul style="list-style-type: none"><li>• Fracaso escolar: alteración brusca del rendimiento en la escuela. Dispersión, falta de atención o concentración en las tareas o estar quieto en clase. Temor de ir a la escuela.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Dificultad de tareas escolares produce que se relacione negativamente con el éxito en el aprendizaje.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Dolores de estómago en forma frecuente frente a determinadas circunstancias.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Fiebre sin causa orgánica.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Retraimiento o comportamiento agresivo.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Pesadillas o insomnio.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Diarreas.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Necesidad frecuente de orinar.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Cambios en los hábitos de alimentación, a veces náuseas y vómitos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Frotar los músculos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Masturbación compulsiva.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Hamacarse, balancearse o golpearse la cabeza.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Chuparse los dedos.</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• Morderse las uñas.</li></ul>

---

<sup>8</sup> Daniel y Élica Rota. *Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época*. e625. Dallas, Texas, USA. 2021; 6-7. (Online). Available from: <https://es.scribd.com/document/502765948/ANSIEDAD-BOOK>.

Fuente: Daniel y Élica Rota. Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época. 2021.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

Resulta relevante lo mencionado por la Clínica de la Ansiedad de España, en su artículo *“La ansiedad como sistema de alerta normal, adaptativo y universal”*, que dice que, la ansiedad normal, proporcionada y sus manifestaciones, no pueden ni deben eliminarse, al ser un mecanismo funcional y adaptativo del ser humano. Lo que recomiendan es que, se debe saber convivir con la ansiedad, sin perder la operatividad. No obstante, indican que algunas personas que han sufrido trastornos por ansiedad, principalmente, si han sido muy severos o incapacitantes, están tan sensibilizadas que después tienen dificultades para tolerar la ansiedad normal, y que e incluso les podría ser complicado distinguir entre la ansiedad normal, de la ansiedad patológica; por lo que los síntomas de igual manera, se manifestarán de acuerdo a cada individuo.

De la misma manera, según Los Rota, refiere a que cada individuo manifiesta la ansiedad de distinta manera, dicha respuesta o reacción se puede evidenciar mediante síntomas que los agrupa en tres áreas, que se enlistan a continuación:

- a) Área somática o fisiológica, la cual refiere a síntomas a nivel del cuerpo y las funciones del cuerpo humano.
- b) Área cognitiva o mental, la cual refiere a síntomas a nivel de las emociones y los pensamientos.
- c) Área conductual, la cual refiere a síntomas a nivel de la conducta del individuo.

Acorde lo referido por Los Rota en su artículo *“Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época”*, algunos de los síntomas según el área citada anteriormente, se resumen en la siguiente tabla:

**Tabla 4: Síntomas de ansiedad en adolescentes y jóvenes.**

Área	Síntomas
Somática o fisiológica	<b>Cardíacos:</b> Palpitaciones o taquicardia. Dolor u opresión en el pecho o zona del estómago. Sensación de paro cardíaco.
	<b>Respiratorios:</b> Respiración entrecortada. Dificultad para ejecutar una inspiración profunda. Sensación de ahogo o de paro respiratorio.
	<b>Del sistema nervioso:</b> Debilidad física o desfallecimiento. Sudoración. Aumento de la salivación. Diarrea. Náuseas. Urgencia para defecar. Imperiosa necesidad de orinar. Visión borrosa.
	<b>Neurológicos focales:</b> temblores, sensación de sequedad en la boca. Sensación de cosquilleo en la piel, calor o frío. Torpeza en los movimientos. Pesadez física. Vértigos. Dolores de cabeza. Nudo u opresión en la garganta.
Cognitiva o mental	<b>Vivencias de extrañeza:</b> despersonalización, desrealización, se manifiesta un sentir estar viviendo una película dentro de un sueño o sentirse extraño.
	<b>Sensación de pánico,</b> de muerte inminente, de volverse loco, de perder el autocontrol, alteraciones de la vivencia del tiempo, sensación de que el tiempo pasa más rápido o más lento.
	<b>Vivencias del propio cuerpo:</b> alteración de la intensidad de estímulos sensoriales, verse torpe, sentirse como autómatas, sentirse como flotando o materialmente separado de la gente.
	<b>Expectación aprensiva:</b> preocupación, miedo, anticipación de desgracias para uno mismo y los demás.
Conductual	<b>Fenómenos en la memoria:</b> olvidar información reciente por distracción, evocar recuerdos poco importantes, recuerdos solo de lo negativo, proyección de negatividad.
	Inquietud o aumento de una actividad.
	Disminución de una actividad, inmovilidad.
	Movimientos torpes, temblorosos o desorganizados.
	Tics, tartamudeos, movimientos repetitivos.
Comportamiento de evasión o alejamiento de la situación temida.	

Fuente: Daniel y Élica Rota. Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época. 2021. Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

### **C. SEÑALES Y SÍNTOMAS DEL TRASTORNO DE ANSIEDAD GENERALIZADA:**

Acorde el NIMH por sus siglas en inglés, el Instituto Nacional de Salud Mental (The National Institute of Mental Health, 14 NIH, a component of the U.S. Department of Health and Human Services), en su artículo en español “*Trastorno de ansiedad generalizada: Cuando no se puede controlar la preocupación*”<sup>9</sup>, refiere que el trastorno de ansiedad generalizada se desarrolla lentamente, pues generalmente comienza alrededor de los 30 años, a pesar de que también puede ocurrir en la infancia; dice que este trastorno suele ser más frecuente en las mujeres que en los hombres.

Se entiende que los individuos con este trastorno, son personas que se preocupan extremadamente por todo o que se sienten muy nerviosas con mayor frecuencia por varias circunstancias de la vida; por ejemplo, los problemas de la salud, el dinero o la familia, la educación, el futuro, el pasado; incluso cuando hay poca o ninguna razón para preocuparse. En el artículo se menciona que en general, este trastorno de ansiedad generalizada, involucra una sensación persistente de ansiedad o pavor que interfiere en la forma en que el individuo lleva su vida. Haciendo una diferencia en que, no es lo mismo, preocuparse de vez en cuando por las cosas o sentirse ansioso debido a eventos estresantes en la vida; sino que las personas con este trastorno, sienten ansiedad con alta frecuencia durante meses y a veces hasta años, afectando a su salud mental.

En el artículo *ibidem*, se señala que, los síntomas pueden mejorar o empeorar con el tiempo y que suelen ser peores durante los momentos de estrés, cuando

---

<sup>9</sup> NIMH The National Institute of Mental Health. Trastorno de ansiedad generalizada: Cuando no se puede controlar la preocupación. Publicación de NIH Núm. 22-MH-8090S. Information Resource Center. Estados Unidos. (Online); 2022. Available from: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-ansiedad-generalizada-cuando-no-se-pueden-controlar-las-preocupaciones-new>

la persona atraviesa una enfermedad física, una época de exámenes estudiantiles, tensiones laborales, durante un conflicto familiar o conflictos de relaciones personales. A continuación, se resume mediante una tabla, las señales y síntomas principales identificados en casos de trastorno de ansiedad generalizada, acorde el Instituto Nacional de Salud Mental NIMH U.S.A:

**Tabla 5: Señales y síntomas del trastorno de ansiedad generalizada.**

Preocuparse demasiado por las cosas diarias, sorprenderse fácilmente.
Tener problemas para controlar sus preocupaciones o sentimientos de nerviosismo.
Ser conscientes de que se preocupan mucho más de lo que deberían
Sentirse inquietas o tener dificultad para relajarse.
Tener problemas para concentrarse.
Tener problemas para dormir o para permanecer dormidas.
Cansarse fácilmente o sentirse cansadas todo el tiempo.
Tener dolores de cabeza, musculares o estomacales, o molestias inexplicables.
Tener dificultad para tragar, Tener temblores o tics (movimientos nerviosos).
Sentirse irritables o con los nervios de punta, sudar mucho, sentirse mareados o que les falta el aire.
Sudar mucho, sentirse mareadas o que les falta el aire.
Tener que ir al baño a menudo.
Excesiva preocupación por el rendimiento en la escuela o en los deportes.
Excesiva preocupación eventos catastróficos, como terremotos o guerras.
Excesiva preocupación por la salud de otros, como la de los miembros de la familia.
Sumamente nerviosos por la seguridad laboral o su rendimiento en el trabajo, las finanzas, por completar las tareas del hogar y cumplir con otras responsabilidades.
Sumamente nerviosos por la salud propia, el bienestar de hijos o familiares.

Fuente: Informe Núm. 22-MH-8090S, Instituto Nacional de Salud Mental NIMH U.S.A. 2022.

Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

#### **D. NATUROPATÍA:**

Conforme la enseñanza impartida por el Instituto Universitario Dr. Misael Acosta, en el módulo introductorio primera edición 2020 se define a la *Naturopatía*, como una ciencia de la salud que abarca el estudio de las propiedades y aplicaciones de los elementos naturales, entendidos como: los vegetales, el agua, el sol, la tierra, el aire, la energía; a fin de facilitar el mantenimiento y recuperación de la salud humana, debido a que agrupa todas las técnicas naturales y las terapias complementarias y alternativas para la salud.

Así mismo, manifiesta que, como parte de las bases del pensamiento naturopático, en términos de salud, se aborda la *vibración y vitalidad, el vitalismo en la medicina*, lo cual toma como punto de partida, los diversos estudios que McDonagh realizó a sus pacientes, sustentándose en las medidas de la proteína total y la viscosidad de la sangre en humanos, lo cual lo llevó a concluir que: *“...una actividad primordial (una fuerza vital de la cual deriva toda energía y materia), esta materia/energía muestra vibraciones y tiene las funciones de: Almacenamiento, radiación y atracción.”*<sup>10</sup> Y relacionando a la vibración con la proteína en la sangre, sobre lo cual dice que ésta, durante un proceso complejo del sistema humano, identificó que el porcentaje de proteína (Total libre) de la sangre y su viscosidad disminuyen con la expansión y aumentan con la condensación; haciendo énfasis en que, el cuerpo humano funcionará bien, mientras esto continúe rítmicamente en el cuerpo y que, por el contrario, una vibración discordante, desequilibrará el funcionamiento del cuerpo humano.

---

<sup>10</sup> Gavin Quishpe MA. Módulo de introducción a la Naturopatía. Instituto Dr. Misael Acosta. 2020; 7-8; 14-23.

## E. TERAPIAS ALTERNATIVAS Y COMPLEMENTARIAS:

Según lo publicado en *MSD-Manuals*, “Medicina alternativa, complementaria e integrativa”, en su portal web resume de manera práctica, el origen y tipos de terapias alternativas y complementarias de salud, en esta publicación se dice que, en varios aspectos de la medicina alternativa y complementaria tiene orígenes en antiguos sistemas de curación indígenas y culturas en diferentes lugares del mundo, como por ejemplo China, India, el Tíbet, África y el continente americano. Se entiende que la medicina alternativa referencia a las prácticas no convencionales que en la antigüedad y en la actualidad son utilizadas, en algunos casos, en lugar de la medicina convencional. Así mismo, hace mención de que *“La medicina integradora es el cuidado médico que emplea todos los métodos terapéuticos adecuados (convencionales y no convencionales) incluidos en un marco que se centra en la salud, la relación terapéutica y la persona como un todo”*.<sup>11</sup>

En este sentido, es interesante como en la actualidad, Merck & Co. Inc. de Estados Unidos (conocido como MSD fuera de los Estados Unidos y Canadá) considera a todos los métodos terapéuticos como herramientas para el cuidado de la salud, dado que, en la referida publicación de *MSD-Manuals*, se reconoce principalmente cinco categorías según el tipo de terapia, desde aquellos sistemas médicos completos, hasta las técnicas y terapias enfocadas al cuerpo físico, la mente, la energía, dichas categorías se resumen en la siguiente tabla:

---

<sup>11</sup> Millstine Denise. Introducción a la medicina alternativa, complementaria e integrativa. MD Mayo Clinic. Manual MSD. (Online); 2023 (cited oct. 2021). Available from: <https://www.msmanuals.com/es-ec/hogar/temas-especiales/medicina-alternativa-complementaria-e-integrativa>.

**Tabla 6: Tipos de medicina alternativa y complementaria de salud.**

<b>Categoría</b>	<b>Tipo</b>
Sistemas médicos completos	Ayurveda
	Homeopatía
	Naturopatía
	Medicina tradicional china
Técnicas de mente y cuerpo	Biorretroalimentación
	Visualización guiada
	Hipnoterapia (hipnosis)
	Meditación, incluyendo la consciencia plena
	Técnicas de relajación
Prácticas con base biológica	Medicina a base de plantas (fitoterapia)
	Productos naturales y complementos
	Terapia con quelantes o de quelación
	Dietoterapia o terapia nutricional
Terapias manipulativas y terapias basadas en el cuerpo	Quiropraxia
	Manipulación osteopática
	Aplicación de ventosas
	Masajes
	Moxibustión
	Reflexología
Terapias energéticas	Acupuntura
	Imanes
	Qi gong y Tai chi
	Reiki
	Toque terapéutico

Fuente: MD Mayo Clinic, Manual MSD, 2021.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

## **F. MEDICINA CUÁNTICA:**

Con base en la “Guía de estudio de medicina cuántica” en su edición 2011-2012, facilitada por el Instituto Universitario Dr. Misael Acosta, precisa sintetizar el

entendimiento adquirido respecto a la medicina cuántica y, los aspectos relacionados particularmente con el presente proyecto de investigación; para lo cual desarrollo en el siguiente párrafo:

La Medicina Cuántica, sustenta la relación entre el ser humano y el mundo que lo rodea, donde todo lo existente se interpreta como energía en sus diferentes formas de manifestación.

### **G. LOS CHAKRAS:**

Según la filosofía del yoga y en el hinduismo, en el artículo “Qué son los Chakras” publicado por YogaMuladhara, la palabra *chakra* proviene del sánscrito y se la interpreta como “rueda” o “disco”, se entiende a los chakras como los centros de energía que se encuentran en el cuerpo humano y que son aquello por los cuales circula el “prana” que según la filosofía del yoga es la energía vital. Refieren a que dichos centros de energía funcionan a manera “válvulas reguladoras” del prana; es decir, que hacen de reguladores de la energía vital para el funcionamiento del cuerpo humano, indican que los chakras, reciben, acumulan y distribuyen la energía por todo el cuerpo y que, dependiendo de la ubicación del chakra, este variaría en su fuerza vibratoria y velocidad, acorde el artículo *ibidem*, en el cuerpo humano se destacan 7 chakras principales que se destacan sobre los 88.000 según lo citan como fuente en las escrituras antiguas de la filosofía del yoga.

Según el criterio de los conocedores de los 7 chakras principales, indican que estos se ubican a lo largo de la columna vertebral, siendo esta, en materia de anatomía parte del sistema nervioso central, en el cual, el cerebro emite información y controla el funcionamiento del cuerpo humano; de esta manera, sitúan a dichos 7 chakras principales en línea vertical por el centro del cuerpo humano que, comenzando desde abajo, en la base del tronco sería el primero y

en la coronilla de la cabeza se ubicaría el séptimo; se indica también que los centros de energía son puntos específicos en los que se concentra la energía del prana y que, no se manifiestan como algo estático, sino que más bien, están en constante movimiento, lo cual genera una vibración a una cierta frecuencia. A continuación, se representa el nombre en sánscrito de los chakras y la ubicación a lo largo de la columna vertebral:

**Ilustración 1: Nombre y ubicación de los chakras del cuerpo humano.**



Fuente: Yoga Muladhara, octubre 18, 2022.  
Available from <https://yogamuladhara.com/los-chakras/>

Así mismo, según YogaMuladhara en su artículo *ibidem*, menciona que los chakras estarían conectados al cuerpo humano, tanto a nivel físico, como emocional, mental y espiritual; con lo cual, los chakras estarían relacionados con los pensamientos, sentimientos y hábitos de las personas. Siendo que, de existir alguna perturbación, de cualquier naturaleza, se verá reflejada en los chakras. Comentan que cuando una persona logra un equilibrio entre los 7 chakras principales, la energía vital se potencia y permite percibir una sensación de bienestar físico y mental. De igual manera, comenta que, dado el caso en que los sentimientos o formas de pensamiento o estilos de vida no son saludables,

los chakras empezarían a deteriorarse, produciéndose un desequilibrio que será percibido en el estado mental y salud de la persona.

Con lo comentado anteriormente, Según YogaMuladhara, menciona que, a nivel del cuerpo físico humano, cada órgano y glándula estarían conectados con un chakra, que haría de regulador del funcionamiento del cuerpo y de las emociones, perspectivas mentales y propósito espiritual correlacionado con la zona del cuerpo humano. Toman en cuenta que, los tres chakras inferiores estarían vinculados al ser físico o material y que la vibración sería más lenta que los superiores. Indican que, el cuarto chakra se podría considerar como la unión entre el mundo físico y el mundo espiritual, y que, los tres chakras superiores se relacionarían con funciones más espirituales o metafísicas; para lo cual cada chakra principal se asocia con un color. En las ilustraciones a continuación, se presenta una correlación de los 7 chakras principales con relación a la localización, el color, el elemento, el mantra, las funciones básicas, y los órganos a los cuales se asocia el flujo de la energía:

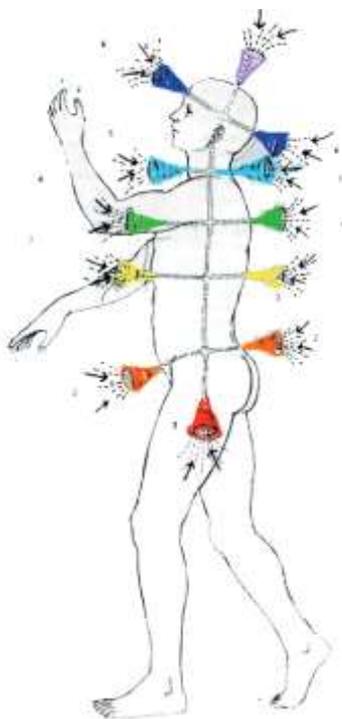
**Ilustración 2: Correlación de los 7 chakras principales del cuerpo humano.**

	NOMBRE	LOCALIZACIÓN	COLOR	ELEMENTO Y MANTRA	FUNCIONES	ÓRGANOS
	SAHASRARA	CORONILLA	BLANCO O VIOLETA	ESPACIO AUM	TRANSCENDENCIA, CONEXIÓN CON LA DIVINIDAD	CEREBRO, PITUITARIA, CUERPO ENERGÉTICO
	AJNA	TERCER OJO	INDIGO	LUZ OM	INTUICIÓN, PERCEPCIÓN EXTRASENSORIAL	SIST. ENDOCRINO, OJOS, GLÁNDULA PINEAL, SIST. NERVIOSO
	VISHUDDA	GARGANTA	AZUL	ÉTER HAM	EL HABLA	TIROIDES, SIST. LINFÁTICO, PULMONES, CUERDAS VOCALES, OIDO
	ANAHATA	CORAZÓN	VERDE	AIRE YAM	DEVOCIÓN, AMOR, COMPASIÓN	CORAZÓN, SIST. CIRCULATORIO E INMUNOLÓGICO, HÍGADO
	MANIPURA	PLEXO SOLAR	AMARILLO	FUEGO RAM	MENTE, PODER, CONTROL	AP. DIGESTIVO SUPERIOR, PÁNCREAS, VESÍCULA BILIAR
	SVADHISTHANA	SACRO	NARANJA	AGUA VAM	EMOCIÓN, ENERGÍA SEXUAL, CREATIVIDAD	SIST. URINARIO, BAZO, GÓNADAS, PRÓSTATA, OVARIOS, TESTÍCULOS
	MULADHARA	RAIZ, BASE DE LA COLUMNA	ROJO	TIERRA LAM	INSTINTO, SUPERVIVENCIA, SEGURIDAD	AP. DIGESTIVO INFERIOR, GLAND. SUPRARRENALES

Fuente: Yoga Muladhara, octubre 18, 2022.

A continuación, se presenta una ilustración de cómo se verían los chakras desde una vista lateral en el cuerpo humano, por los cuales, expertos en terapia de sonido, como, por ejemplo, Jorge Zain, autor del libro “Escuchar el Silencio” e investigador de la musicoterapia vibroacústica; comenta que las vibraciones emitidas por los cuencos en terapia de sonido, serían captadas por las formas cónicas de los chakras del cuerpo humano.

**Ilustración 3: Vórtices energéticos de los 7 chakras del cuerpo humano.**



Fuente: Manual de los Chakras, Always The Hours, noviembre 12, 2014.  
Available from <https://es.scribd.com/document/246413008/Manual-Chakras>

**H. RADIESTESIA MÉDICA:**

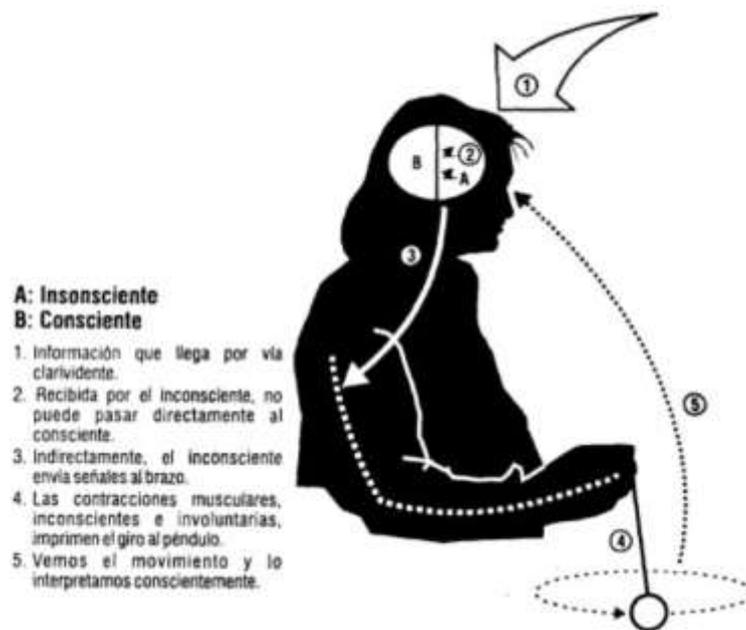
Según Gustavo Fernández en su libro “El correcto uso del péndulo y la pirámide”, refiere a la radiestesia como la capacidad de amplificar la natural clarividencia

del ser humano, utilizando diferentes elementos físicos como, por ejemplo: el péndulo, varillas rbdomantes.

### I. EL PÉNDULO COMO INSTRUMENTO DE RADIESTESIA:

Según Gustavo Fernández en su libro “El correcto uso del péndulo y la pirámide”, refiere a que un péndulo es cualquier objeto pequeño que quede suspendido de la mano a través de una cuerda o cadena; el mismo que, permanece en posición de reposo o en una oscilación constante, hasta que se realiza una pregunta oportuna para lo cual se utiliza tablas de radiestesia práctica, además se indica que, debido al uso flexible del péndulo, este sería el método más empleado para las sesiones donde se aplica testes para diagnóstico, y que, existen de diferentes tipos de péndulo para la radiestesia.

#### Ilustración 4: *Cómo se produce el fenómeno del uso del péndulo?*

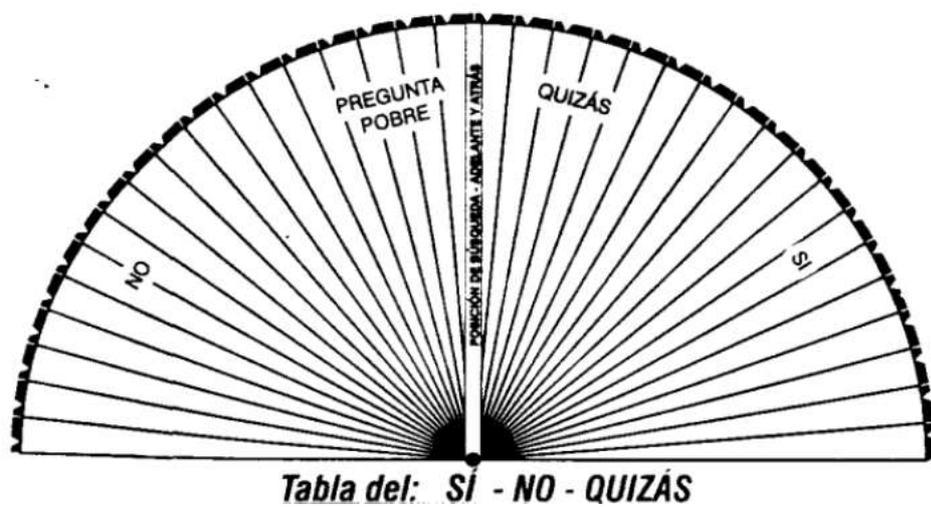


Fuente: El correcto uso del péndulo y la pirámide, Gustavo Fernández, 1999.  
Available from <https://www.academia.edu>

## J. TABLAS DE RADIESTESIA PRÁCTICA:

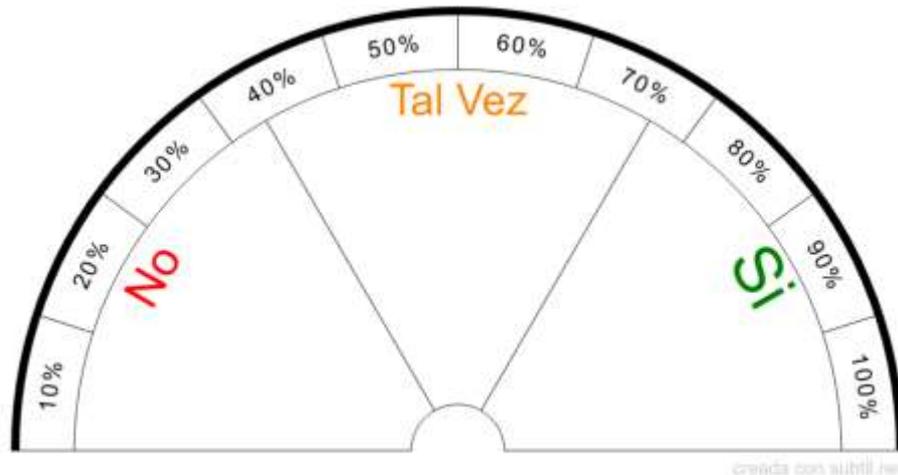
A continuación, se presenta las tablas de radiestesia más sencillas que implican obtener una respuesta positiva o negativa a una pregunta efectuada por el investigador.

**Ilustración 5: *Tabla de radiestesia práctica SI-NO-Quizás.***



Fuente: El correcto uso del péndulo y la pirámide, Gustavo Fernández, 1999.  
Available from <https://www.academia.edu>

**Ilustración 6: *Tabla de radiestesia práctica SI-NO-Tal vez.***



Fuente: Biómetro Tabla de péndulo, Saavedra Radiestesia, 2019.

Available from <https://www.subtil.net/es/view/52f695e0-c41f-430a-b117-e5b21fb01cbb>

## K. TERAPIA DE SONIDO Y CUENCOS TERAPÉUTICOS:

Acorde lo expone Raimon Samsó en su libro “El Poder Sanador del Baño de Sonido” a nivel terapéutico es factible usar el término “baño de sonido” el cual implica una experiencia inmersiva de la persona a la exposición del sonido, el cual, sería asimilada por el cuerpo, la mente y el espíritu para una sanación y reequilibrio del estado mental en los seres humanos. La terapia de sonido implicaría entonces, llenar el cuerpo con vibraciones haciendo énfasis en que el sonido irá hacia el chakra desarmonizado que necesita el cuerpo, con la resonancia, comenzará a recuperar el potencial vibratorio natural y el oportuno flujo de la energía en dicho chakra del cuerpo humano. Expone que, el principio de la sanación con sonido sería permitir que las vibraciones del instrumento a ser tocado, tengan un efecto en los cuerpos físico y sutiles, con el mero hecho de escuchar el sonido a una vibración y entonación específica.

Acorde el artículo “*Frecuencias vibratorias con poderes curativos*”<sup>12</sup>, se dice que muchas de las enfermedades provienen de un mal funcionamiento en el flujo de la energía que circula por los meridianos y por la influencia de los campos sutiles creados por emociones y/o pensamientos dañinos y negativos y que esto,

<sup>12</sup> Mad4yoga. Frecuencias vibratorias con poderes curativos. (Online); 2015 (cited feb.8 2015). Available from <https://mad4yoga.com/frecuencias-vibratorias-con-poderes-curativos/>

provocarían cristalizaciones y/o bloqueos de las energías acumulándose en lugares del cuerpo físico, así mismo, hace referencia a que, las vibraciones que crean determinados sonidos equilibrantes, romperían dichos bloqueos para devolver el equilibrio, armonizar los chakras, relajar estados físicos y mentales. Se menciona también que para la terapia de sonido se puede hacer uso de cantos armónicos, como por ejemplo la pronunciación de vocales, el uso de gongs, diapasones, cuencos tibetanos y/o cuencos de cuarzo.

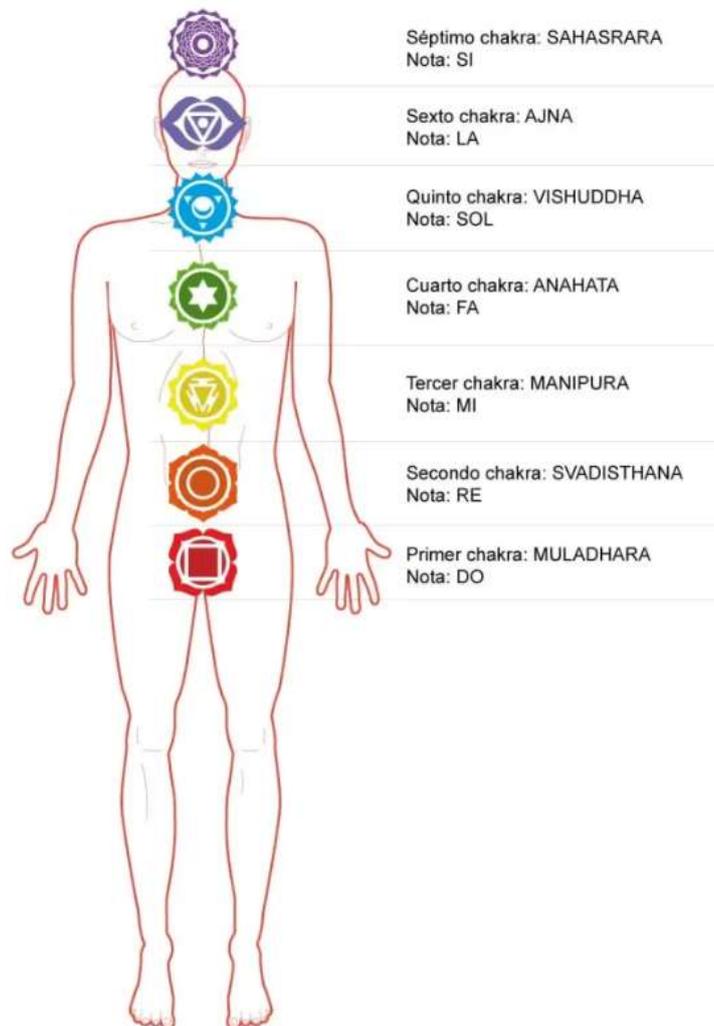
En ese sentido, se entiende que, un *baño de sonido* conocido como terapia de sonido, implica la exposición de una persona a sonidos relajantes o armónicos con el objetivo de inducir un estado de bienestar y reducir el nivel de trastorno de ansiedad generalizada.

Según el artículo *ibidem*, se menciona que, a través de ciertos estudios se ha entendido que los sonidos de las notas musicales DO, RE, MI, FA, SOL, LA, SI, al ser más graves, están relacionadas con los primeros centros energéticos (chakras), y que, al ser más agudos, afectan a los chakras superiores, siendo estos los más sutiles y etéreos.

Según Raimon Samsó, refiere a que, las vibraciones de sonidos armónicos estimulan las ondas mentales alfa y theta, que suelen ser asociadas a los estados meditativos de conexión, receptividad, introspección, inspiración y creatividad, con lo cual se enfatiza en que, los estados mentales, al eliminar el estrés, son restaurativos y curativos; es por ello que, se menciona que en un “baño de sonido”, el terapeuta emite con los cuencos, a su estilo y método, sonidos armónicos, para lo cual, acostando a las personas en el suelo, o sobre una camilla, los cubre con una manta, de ser necesario, cierran los ojos, para permanecer atentos a los sonidos, y que estos sonidos inducen a un estado meditativo, alcanzando de forma natural estados de relajación debido a las vibraciones y resonancias que producen los cuencos.

A continuación, se presenta una ilustración de la correlación de las notas musicales y los siete chakras principales del cuerpo humano:

**Ilustración 7: Las notas musicales y los 7 chakras del cuerpo humano.**



Fuente: Mad4yoga, febrero 8, 2015.  
Available from <https://mad4yoga.com/frecuencias-vibratorias-con-poderes-curativos/>

Según los investigadores de la terapia vibroacústica y musicoterapia, Jorge Zain, Virginia Tosto, María Andrea Farina, en su trabajo titulado como: *“El uso de cuencos tibetanos como recurso en Musicoterapia Receptiva”*, exponen que: *“El uso de cuencos tibetanos como un recurso de la musicoterapia receptiva, a partir de los supuestos teóricos y metodológicos de la Terapia Vibroacústica. Se presenta el análisis espectral de los sonidos producidos por un cuenco para determinar si estos se ubican en el rango vibroacústico.”*<sup>13</sup>, siendo parte de su investigación que, los cuencos son instrumentos musicales que tienen una estructura circular simétrica tridimensional y que son altamente resonante y que, tiene un sonido que se sostiene por mucho tiempo. Para este efecto, en la ejecución típica de los cuencos, estos son frotados, generalmente por el borde, con una baqueta de madera forrada en el borde y con una fina capa de cuero.

---

<sup>13</sup> J. Zain. V. Tosto. M.A. Farina. El uso de cuencos tibetanos como recurso en Musicoterapia Receptiva. Buenos Aires Argentina. (Online); 2008. Available from: <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/134065>

## CAPÍTULO III: METODOLOGÍA

- **TIPO DE INVESTIGACIÓN:** Cualitativa descriptiva, diseño cuasi-experimental.
- **POBLACIÓN Y MUESTRA:** Se establecerá una muestra de al menos 8 personas entre hombres y mujeres mayores o igual a 18 años de edad que residan en las parroquias del sector urbano del cantón Cuenca, provincia ecuatoriana del Azuay, que tengan diagnóstico de ansiedad; para lo cual se aplicará el método de muestreo aleatorio simple.
- **PROCEDIMIENTO Y TÉCNICA DE RECOPIACIÓN DE DATOS:** Se aplicará el de tipo probabilístico, mediante encuesta para identificar personas que manifiesten estados de ansiedad y entrevista personal para identificar la sintomatología por diagnóstico de trastorno de ansiedad.
- **VARIABLES:**
  - **Trastorno de ansiedad.**

A las y los pacientes seleccionados que cumplan con los criterios de inclusión y exclusión previamente definidos, se les realizará una primera entrevista a fin de aplicar el consentimiento informado una vez que la persona acepte ser parte del grupo objetivo de estudio, posteriormente se procederá a la respectiva apertura de su historia clínica, con la cual se priorizará la obtención de datos relevantes que permitan identificar las características y/o sintomatología que manifiesten las personas que atraviesen estados de ansiedad, tales como: dolor experimentado en el cuerpo físico, frecuencia y duración del estado de ansiedad, factores que la detonan, o la agravan,

limitaciones que pudieran presentar en el desarrollo de sus actividades diarias, o formas de pensamiento, entre otros.

- **Protocolo terapia de sonido con cuencos de cuarzo.**

Con base en la investigación bibliográfica y opinión de expertos, se establecerá un protocolo de aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo para identificar el efecto que esta tenga, sobre personas con diagnóstico de ansiedad. Dicho protocolo se aplicará de manera individual, de acuerdo a las recomendaciones encontradas, durante el periodo de exposición a la terapia sonora en personas, de tal manera que se recopile el tipo de datos necesarios para el desarrollo de este proyecto de investigación.

- **Protocolo de aplicación:** Terapia de sonido con cuencos de cuarzo como aplicación terapéutica para atender la salud mental en personas con estado de ansiedad.
- **Materiales, equipos, herramientas, test, programas informáticos:** Se utilizará 7 cuencos de cuarzo correspondientes a las notas musicales DO, RE, MI, FA, SOL, LA, SI; así mismo, se utilizará un test planteado como cuestionario para establecer el grado de ansiedad, y el péndulo cuántico de diagnóstico alternativo, para identificar el estado de los centros de energía *-chakras-* de cada persona; se hará uso de un salón o habitación adecuada durante la aplicación terapéutica con sonido. Para llevar el control de la evolución del estado emocional del paciente, se apertura la historia clínica con el formato proporcionado por el Instituto Universitario Misael Acosta.
- **Métodos de análisis de datos:** Para una etapa preliminar, se utilizará el análisis descriptivo como base de discriminación para identificación del

grupo objetivo y sustentación de la muestra, mediante la aplicación de encuesta preimpresa, lo cual permitirá obtener información preparatoria para un análisis posterior; así también, se aplicará la técnica de entrevista personal *ex-ante* y *ex-post* de la aplicación del protocolo terapéutico, para efecto de recopilación de datos. Adicionalmente, se aplicará herramientas utilitarias de Microsoft Office (Word, Excel y PowerPoint) para el procesamiento de datos, análisis de datos y presentación de cuadros estadísticos que sustenten el presente proyecto de investigación.

Conforme el artículo: “Aumenta la prevalencia de depresión y ansiedad en Ecuador” del programa de noticias Televistazo en el canal Ecuavisa publicado el 27 de junio de 2023, se dice que, la depresión y la ansiedad se han convertido en las enfermedades mentales más comunes en el Ecuador, según los informes del Instituto de Neurociencias de Guayaquil, de los cuales se menciona que en el año 2023, alrededor de 5.000 pacientes de 21 provincias del país, acudieron a dicho instituto, en busca de algún tratamiento para problemas de salud mental relacionados a la depresión y la ansiedad, siendo los diagnósticos más frecuentes aquellos por: episodios depresivos, trastorno depresivo recurrente, trastornos fóbicos y trastornos de ansiedad; además se publica que: “...según la Organización Mundial de la Salud (OMS), aproximadamente el 30% de la población ecuatoriana sufre algún problema de salud mental.”<sup>14</sup>

Según información proporcionada por el Ministerio de Salud Pública del Ecuador, al periódico digital Primicias.ec, se observa en el artículo: “*Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador*” publicado el martes 16 de enero de 2024 que, con relación a los últimos 4 años, el número de personas que acuden a una cita médica por algún problema de salud mental, como ansiedad y depresión, incrementó en un 53%, citando la siguiente cifra: “...*Las últimas*

---

<sup>14</sup> Ecuavisa. Televistazo. Aumenta la prevalencia de depresión y ansiedad en Ecuador. (Online); 2023 (cited jun.27 2023). Available from: <https://www.ecuavisa.com/noticias/ecuador/aumenta-la-prevalencia-de-depresion-y-ansiedad-en-ecuador-DB5470720>

*estadísticas oficiales confirman esta tendencia, pues entre enero y julio de 2023 se contabilizaron 619.781 atenciones (...)*<sup>15</sup> Generando esta situación en el país, que el estado invierta USD.27 millones de dólares para el tratamiento de problemas de salud mental en los 466 establecimientos con los que cuenta la red pública de salud.

En el mismo contexto, según el presidente de la Fundación Salud Mental Ecuador, dice que: *“...que la ansiedad y la depresión son dos de los problemas más frecuentes porque están presentes en la cotidianidad, es decir, se desarrollan por problemas familiares, laborales, económicos y amorosos, independientemente de la edad de las personas”*.<sup>16</sup> Y recomienda un tratamiento preventivo a fin de evitar caer en un problema de salud mental, poniendo en conocimiento algunas de las alertas que se deberían tomar en cuenta para solicitar ayuda psicológica urgente:

- a) Cuando una persona no disfruta de las cosas que hace en el día a día.
- b) Cuando en una persona se observa un descenso en el rendimiento profesional o académico.
- c) Cuando existe problemas en las relaciones interpersonales.
- d) Ciertos cambios de conducta por parte de las personas.

Según la citada publicación *“Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador”* del periódico digital Primicias.ec, se menciona que el Ministerio de Salud Pública ha identificado que las personas que tienen entre 20 y 39 años son las que más acuden en busca de ayuda psicológica y que le siguen las

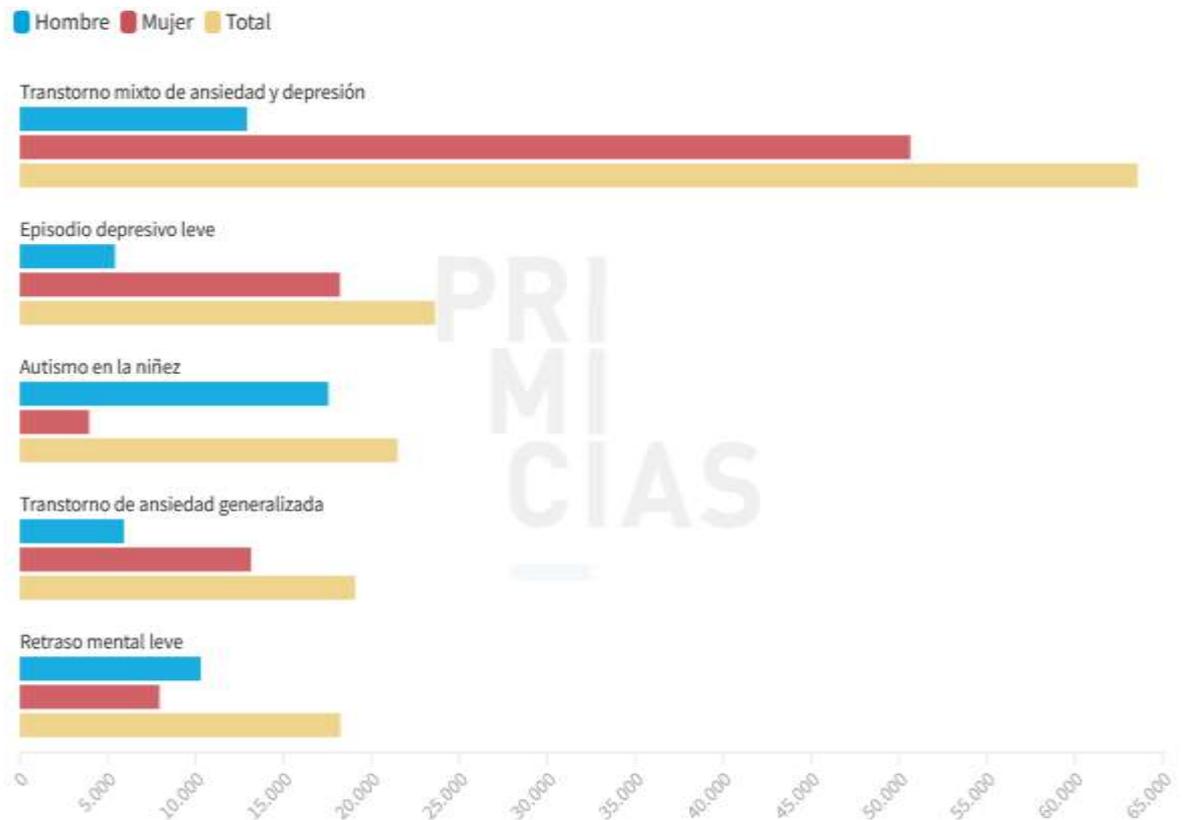
---

<sup>15</sup> Primicias.ec. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador (Online); 2024 (cited ene. 2024). Available from: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/salud-mental-ansiedad-depresion-consultas-ecuador/>

<sup>16</sup> Primicias.ec. Ministerio de Salud Pública del Ecuador. Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador (Online); 2024 (cited ene. 2024). Available from: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/salud-mental-ansiedad-depresion-consultas-ecuador/>

personas que tienen entre los 40 y 64 años; siendo los cinco problemas de salud mental más frecuentes entre los ecuatorianos, los que se muestran en las siguientes ilustraciones:

**Ilustración 8: En Ecuador, las 5 principales causas de consultas por problemas mentales, datos de enero a julio de 2023.**



Fuente: Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador (Boletín) Ministerio de Salud, gráfico: Daniela Castillo, Primicias.ec, enero 16, 2024.  
Available from <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/salud-mental-ansiedad-depresion-consultas-ecuador/>

Acorde se aprecia en el gráfico que antecede, es de notoriedad que el trastorno de ansiedad generalizada, tiene mayor número de consultas por parte de mujeres que por parte de hombres.

En el siguiente cuadro ilustrativo, se muestra los indicadores relacionados al trastorno mixto de ansiedad entre hombres y mujeres.

**Ilustración 9: Trastorno mixto de ansiedad y depresión en Ecuador, datos de enero a julio de 2023.**



Fuente: Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador (Boletín) Ministerio de Salud, gráfico: Daniela Castillo, Primicias.ec, enero 16, 2024.  
 Available from <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/salud-mental-ansiedad-depresion-consultas-ecuador/>

**Ilustración 10: Trastorno de ansiedad generalizada en Ecuador, datos de enero a julio de 2023.**



Fuente: Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador (Boletín) Ministerio de Salud, gráfico: Daniela Castillo, Primicias.ec, enero 16, 2024.  
 Available from <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/salud-mental-ansiedad-depresion-consultas-ecuador/>

Acorde las cifras precedentes se puede identificar que, las mujeres ecuatorianas, son quienes representan tener más causas de ansiedad con relación a los hombres, tanto en trastorno mixto de ansiedad y depresión, como de trastorno de ansiedad generalizada.

## **CAPÍTULO IV: RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

Los resultados obtenidos posterior al procesamiento de datos, se recopilaron a través de formularios que permitieron identificar síntomas antes y después de la aplicación del protocolo terapéutico con sonido mediante cuencos de cristal de cuarzo blanco. Para identificar el porcentaje de trastorno de ansiedad generalizado, se aplicó la escala de ansiedad y depresión de Goldberg.

La escala de ansiedad y depresión de Goldberg define los siguientes niveles de manifestación del síntoma, siendo cuatro niveles, del cero al tres:

- 0 = En absoluto.
- 1 = Levemente, no me molesta mucho.
- 2 = Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo.
- 3 = Severamente, casi no podía soportarlo.

En ese sentido, la escala de ansiedad y depresión de Goldberg determina 21 síntomas, siendo los siguientes:

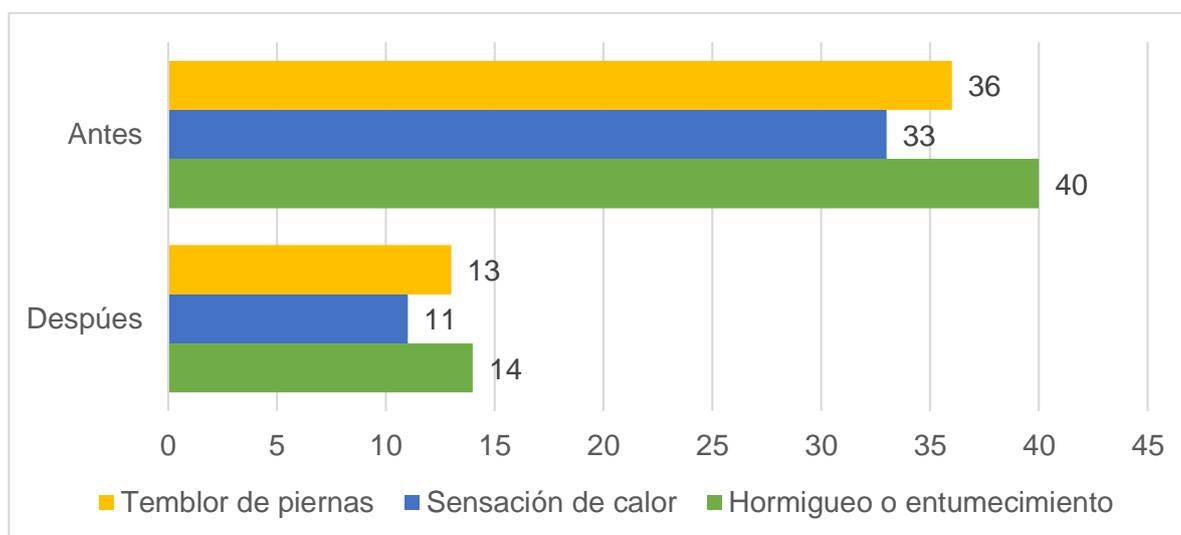
1. Hormigueo o entumecimiento.
2. Sensación de calor.
3. Temblor de piernas.
4. Incapacidad de relajarse.
5. Miedo a que suceda lo peor.
6. Mareo o aturdimiento.
7. Palpitaciones o taquicardia.

8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física.
9. Terrores.
10. Nerviosismo.
11. Sensación de ahogo.
12. Temblores de manos.
13. Temblor generalizado o estremecimiento.
14. Miedo a perder el control.
15. Dificultad para respirar.
16. Miedo a morirse.
17. Sobresaltos.
18. Molestias digestivas o abdominales.
19. Palidez.
20. Rubor facial.
21. Sudoración (no debida al calor).

Para el protocolo terapéutico de sonido con cuencos de cuarzo, se definió aplicar tres sesiones para cada persona, para lo cual se llevó un registro del antes y después de la terapia, con base a lo manifestado por la persona con diagnóstico de ansiedad.

A continuación, se presenta la información procesada, con base a la escala de ansiedad y depresión de Goldberg, mediante gráficos comparativos, con los cuales se identificó algún cambio ex-ante y ex-post, respectivamente:

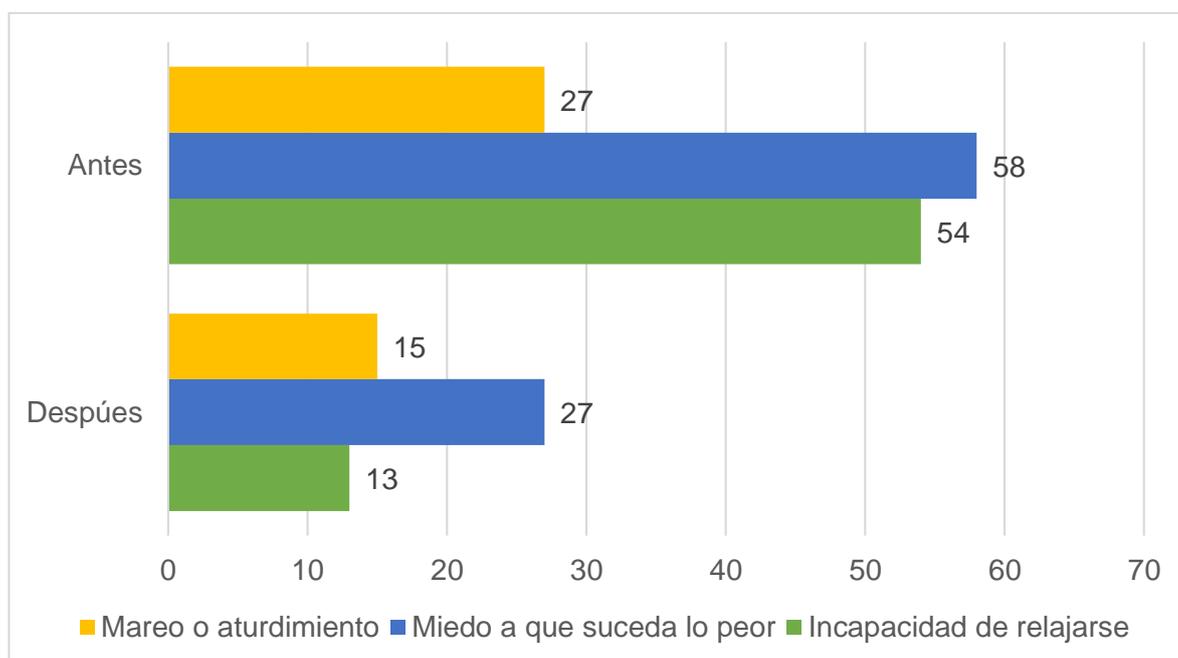
**Ilustración 11: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 1-3 Escala de Goldberg.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas: temblor de piernas, sensación de calor y hormigueo o entumecimiento; en las personas con cierto grado de ansiedad, a quienes se aplicó la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, aproximadamente con una puntuación -20 puntos en la escala de Goldberg.

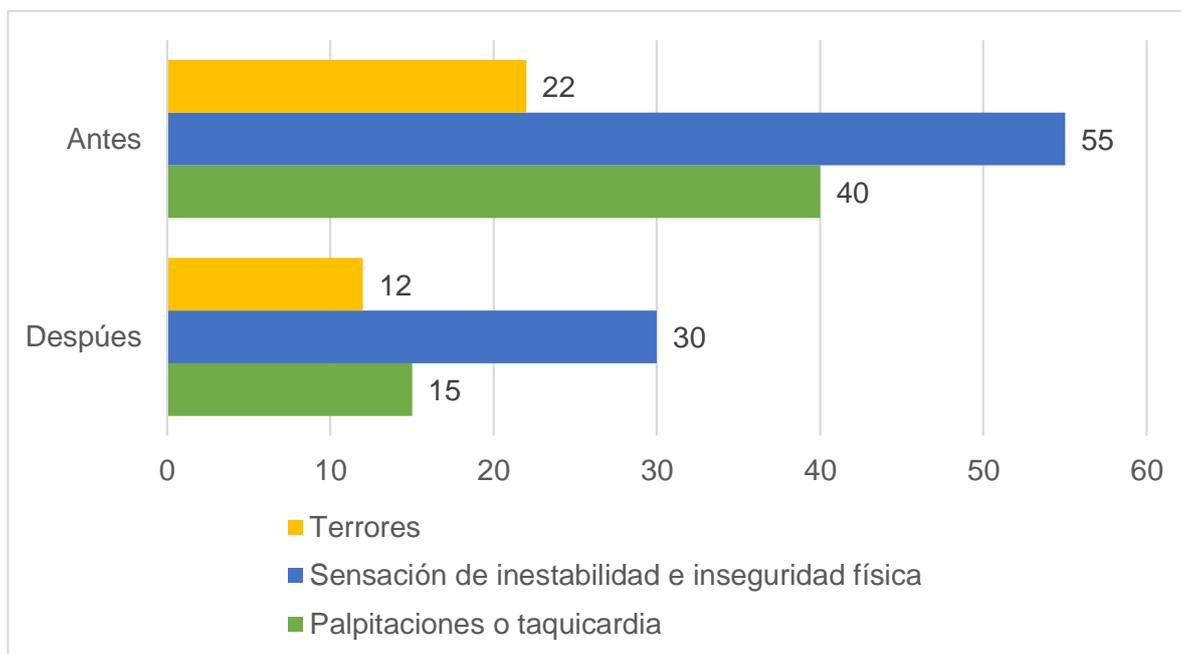
**Ilustración 12: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 4-6 Escala de Goldberg.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

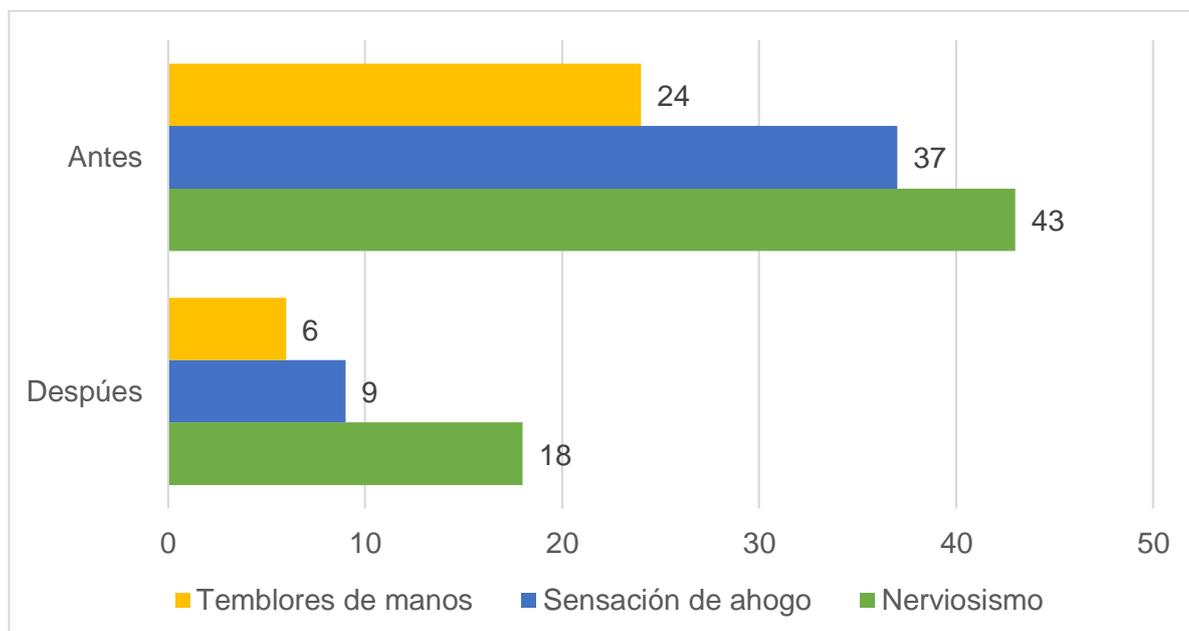
La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas: mareo o aturdimiento, miedo a que suceda lo peor incapacidad de relajarse; en las personas con cierto grado de ansiedad, a quienes se aplicó la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, siendo la más relevante, la puntuación de -41 puntos en la escala de Goldberg, al síntoma “miedo a que suceda lo peor”.

**Ilustración 13: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 7-9 Escala de Goldberg.**



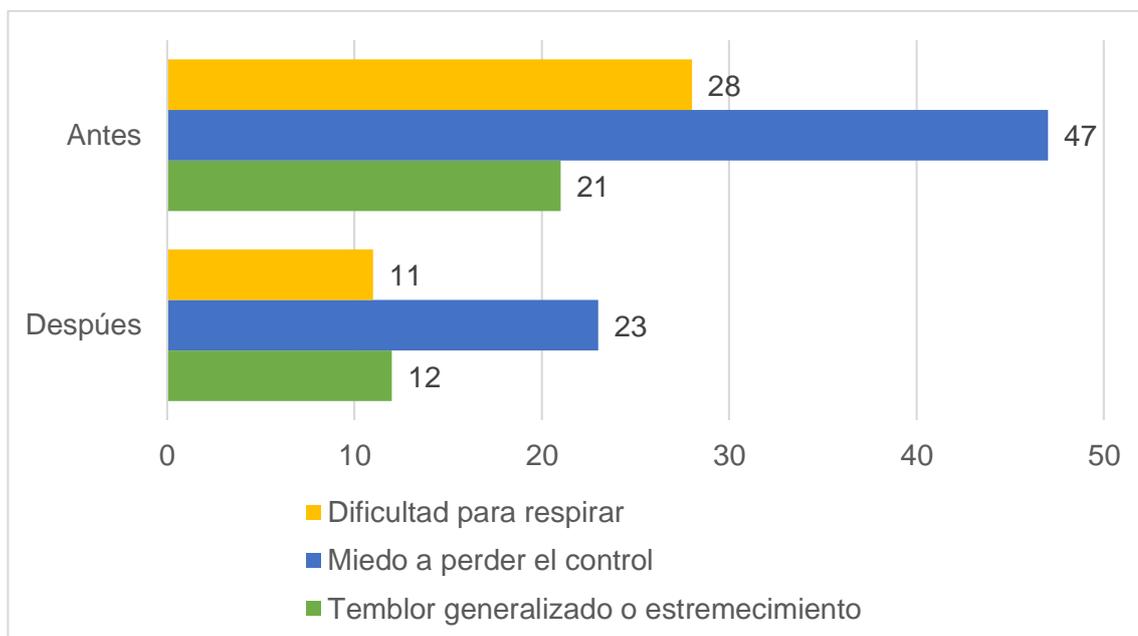
Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 14: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 10-12 Escala de Goldberg.**



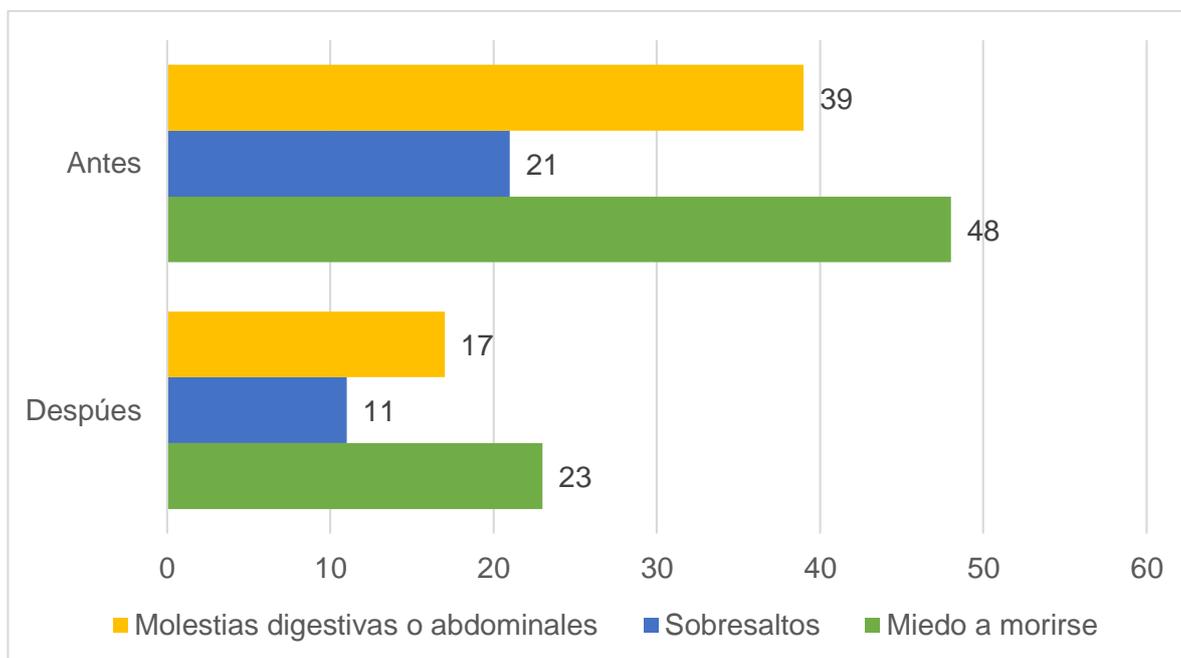
Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 15: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 13-15 Escala de Goldberg.**



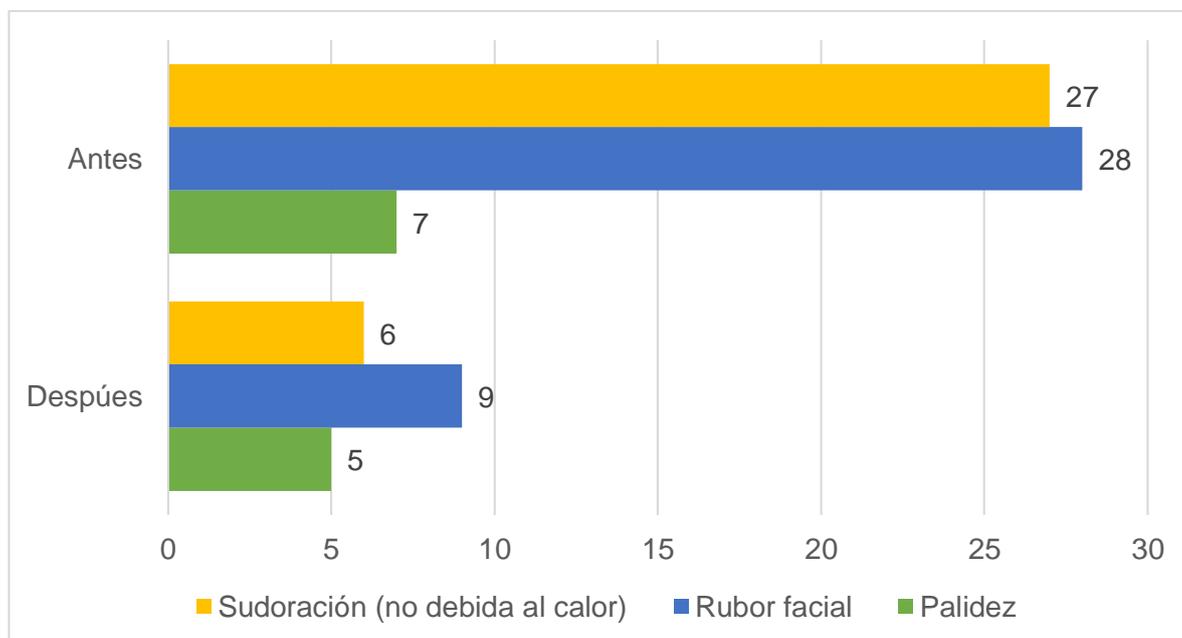
Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 16: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 16-18 Escala de Goldberg.**



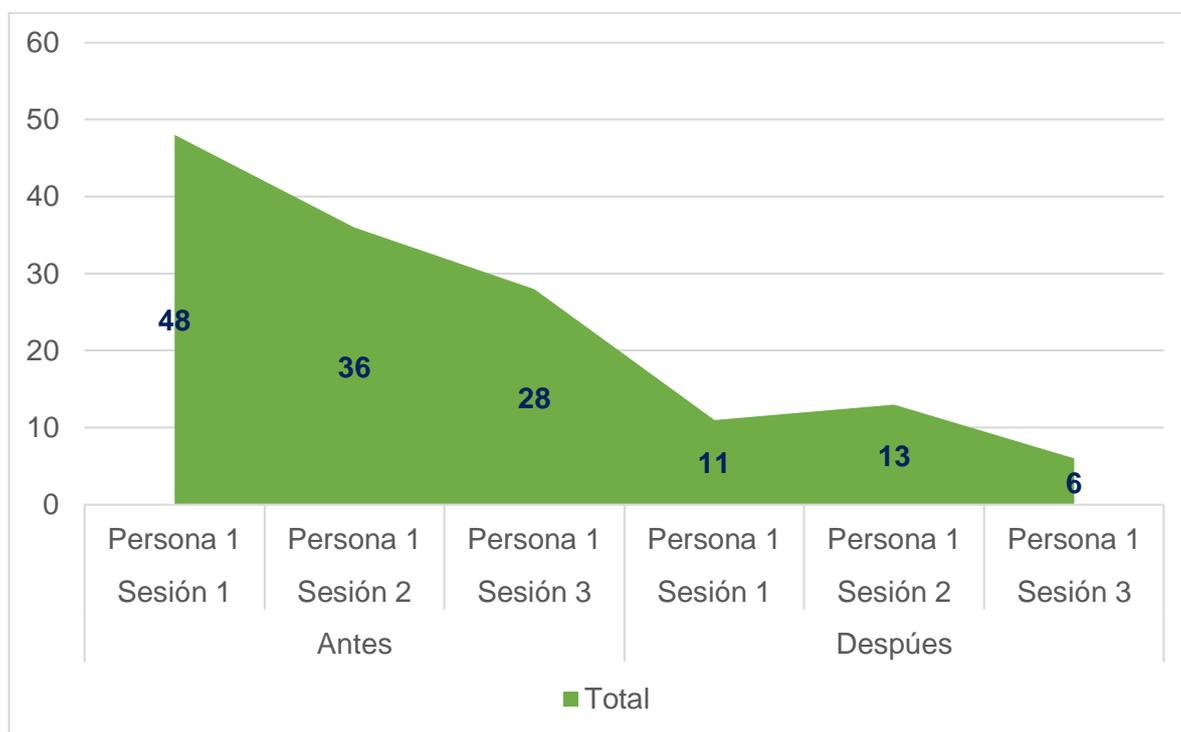
Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 17: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, síntomas 19-21 Escala de Goldberg.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

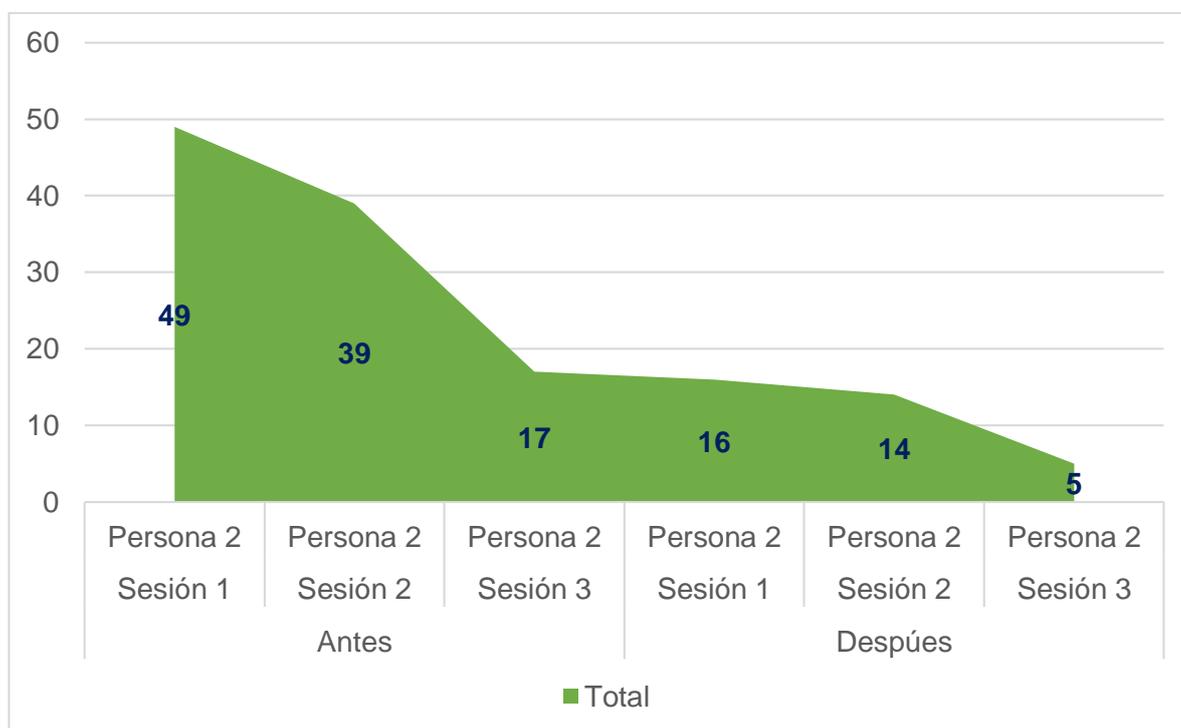
**Ilustración 18: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 1 de 45 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -42 puntos según la escala de Goldberg.

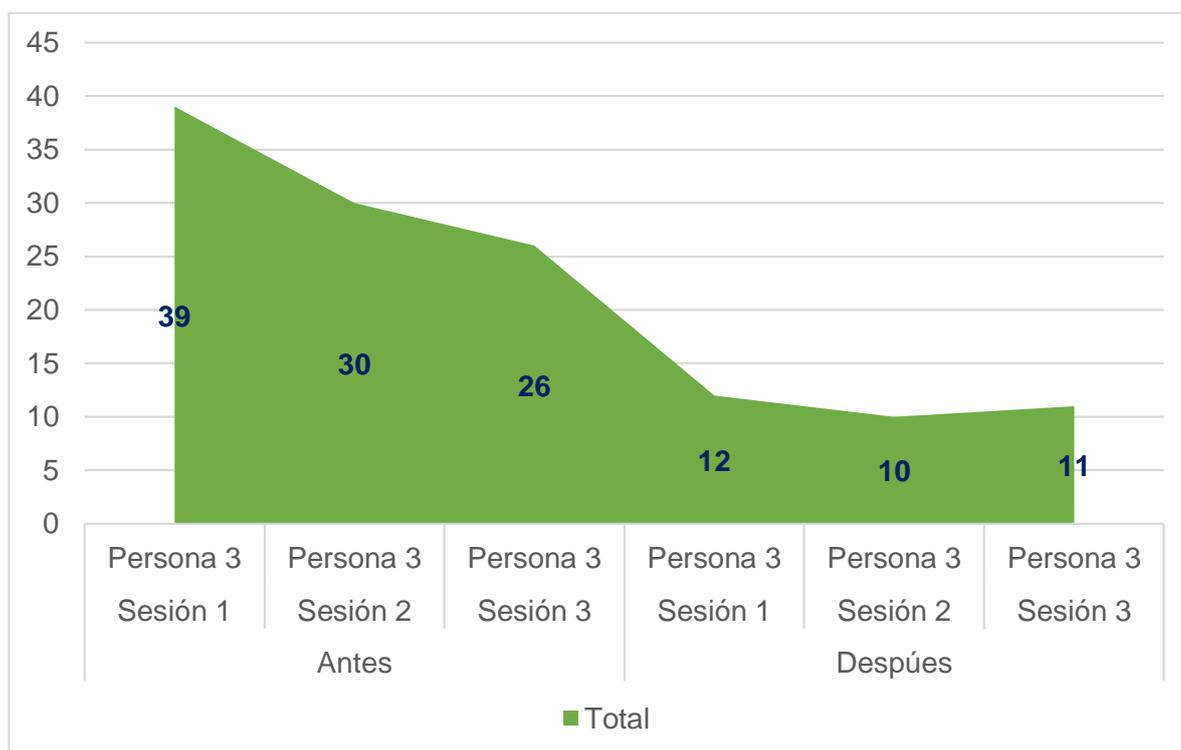
**Ilustración 19: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 2 de 30 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -44 puntos según la escala de Goldberg.

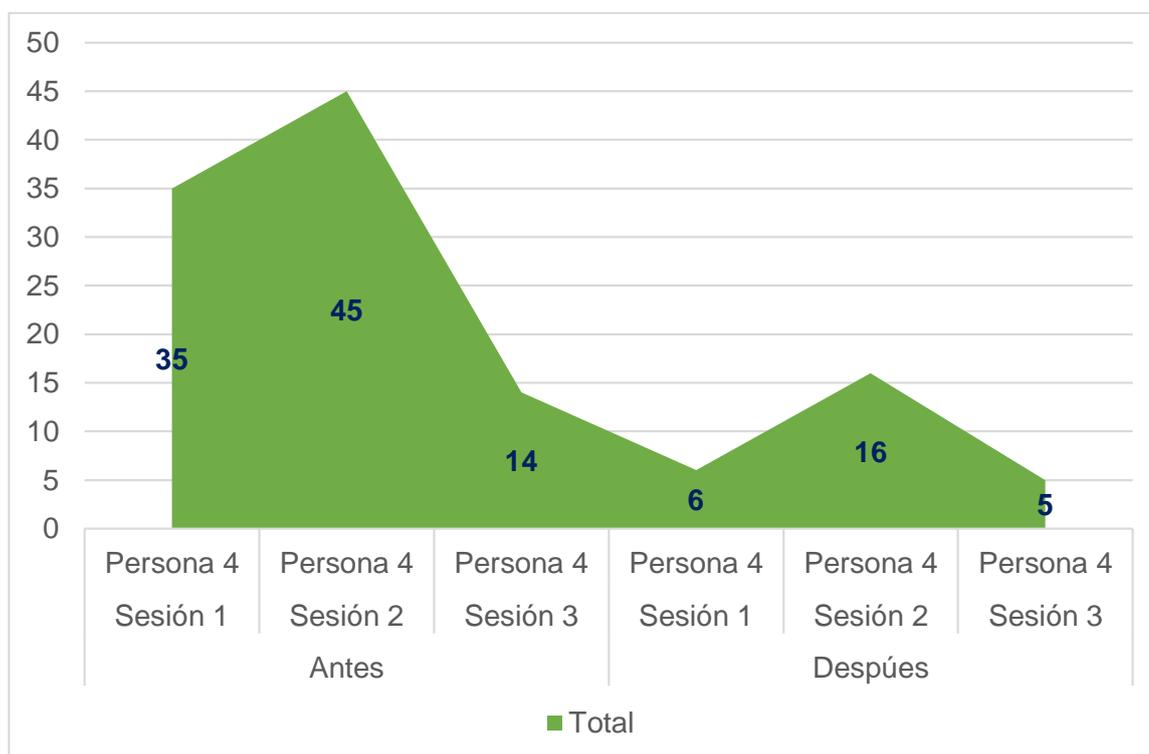
**Ilustración 20: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 3 de 60 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -28 puntos según la escala de Goldberg.

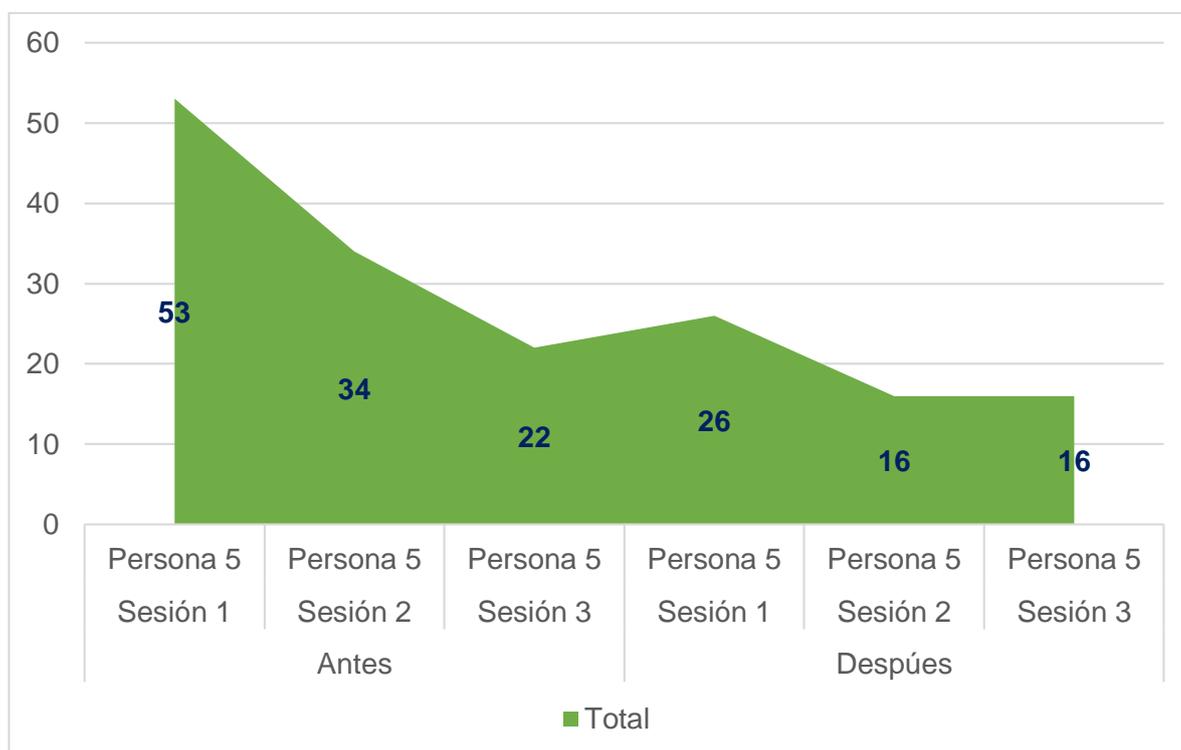
**Ilustración 21: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 4 de 45 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -30 puntos según la escala de Goldberg.

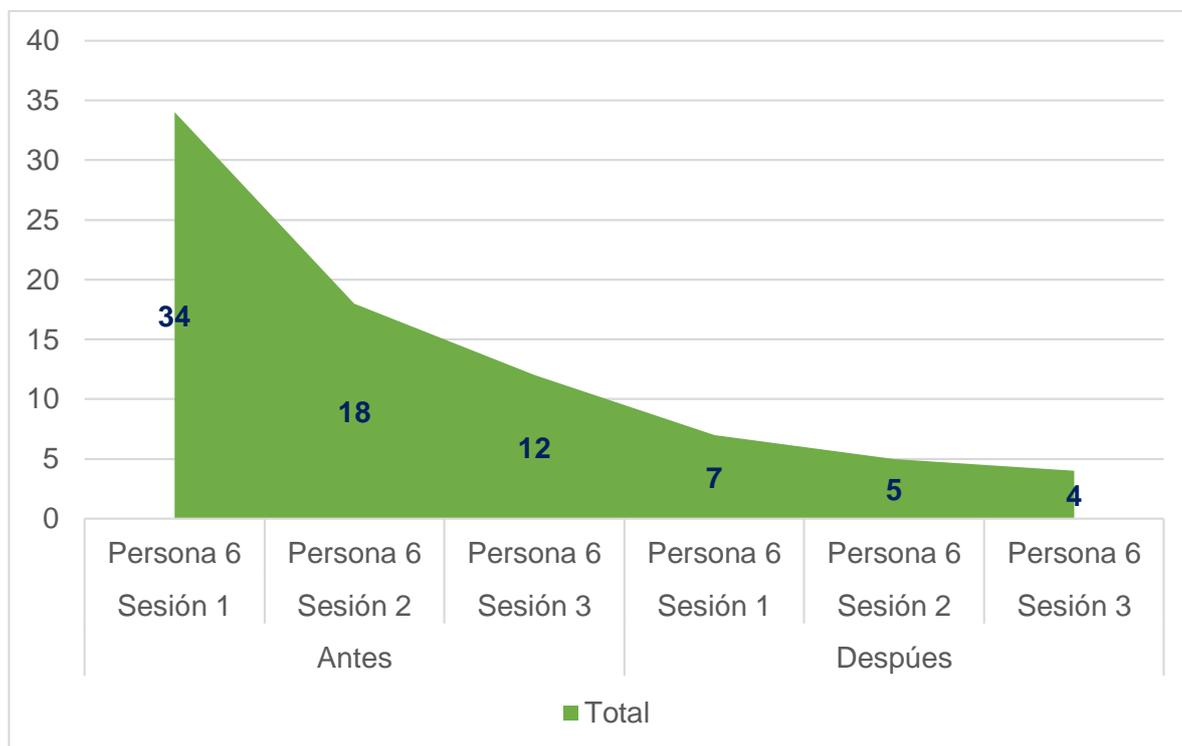
**Ilustración 22: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 5 de 48 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -37 puntos según la escala de Goldberg.

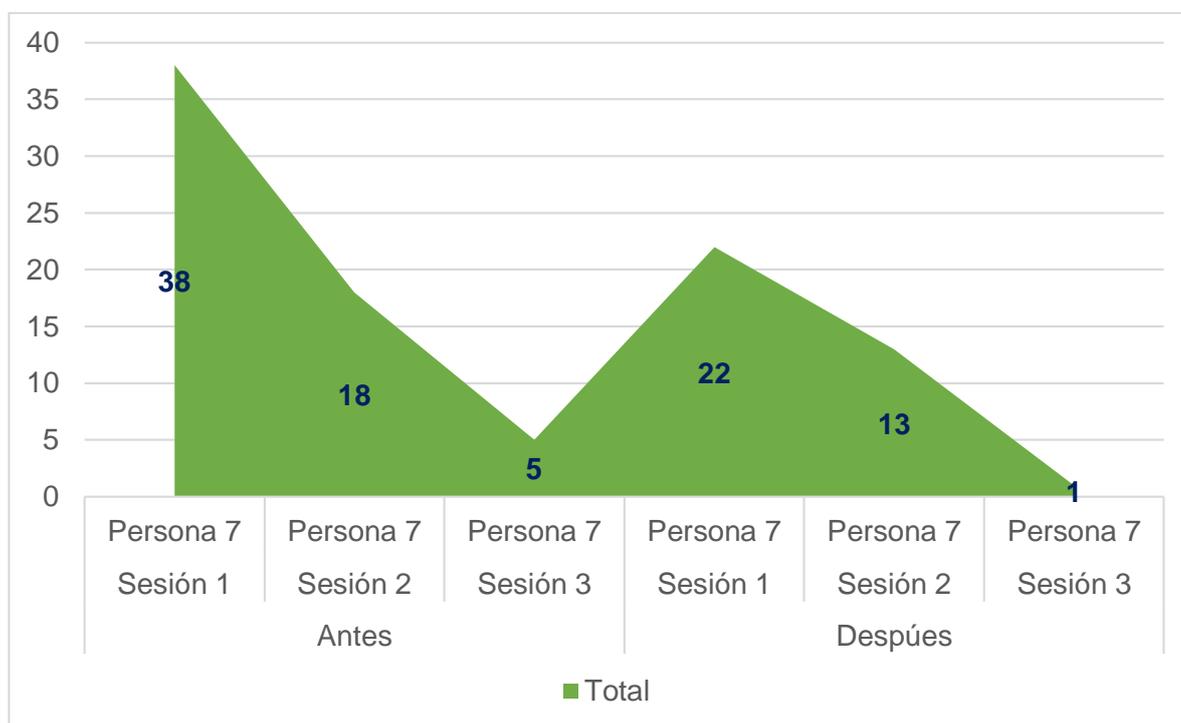
**Ilustración 23: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 6 de 29 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -30 puntos según la escala de Goldberg.

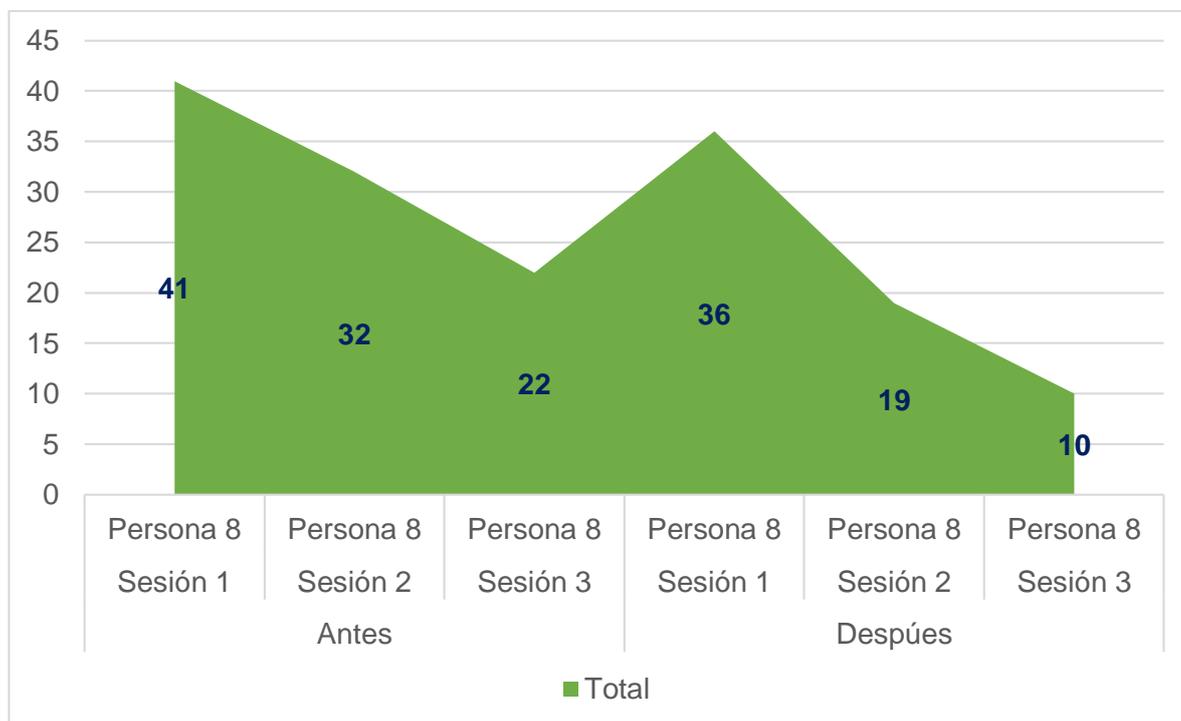
**Ilustración 24: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 7 de 21 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -37 puntos según la escala de Goldberg.

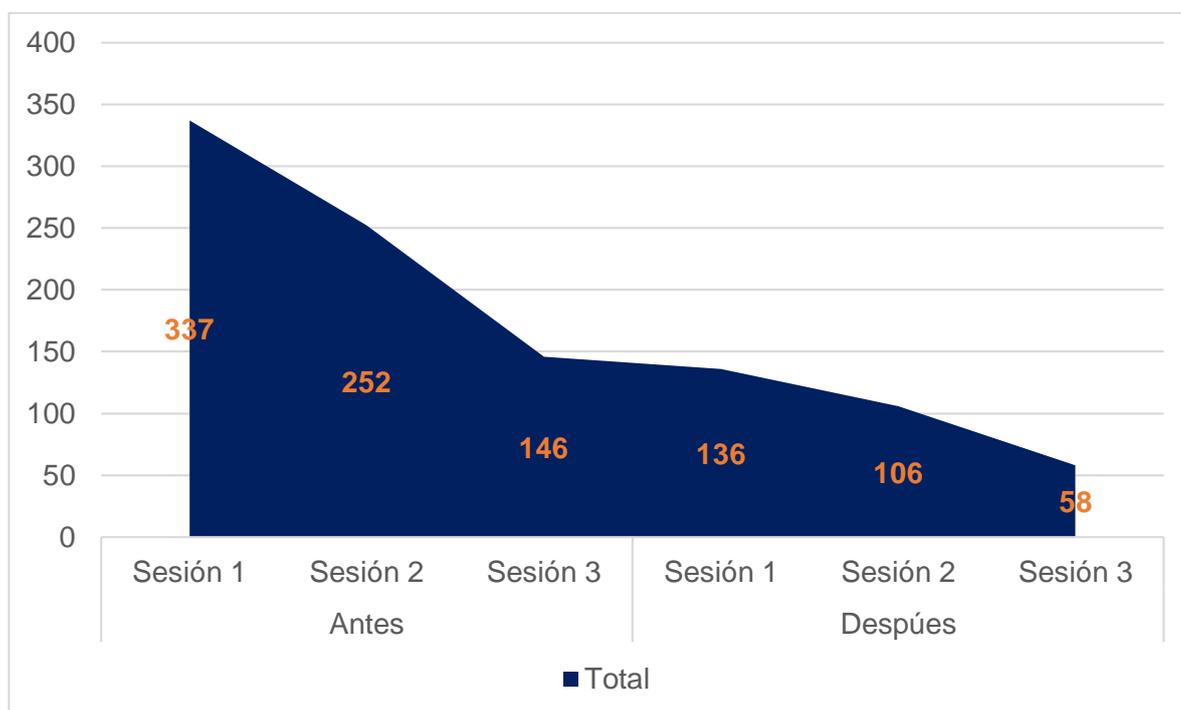
**Ilustración 25: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Caso persona 8 de 40 años.**



Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción de -31 puntos según la escala de Goldberg.

**Ilustración 26: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo.**



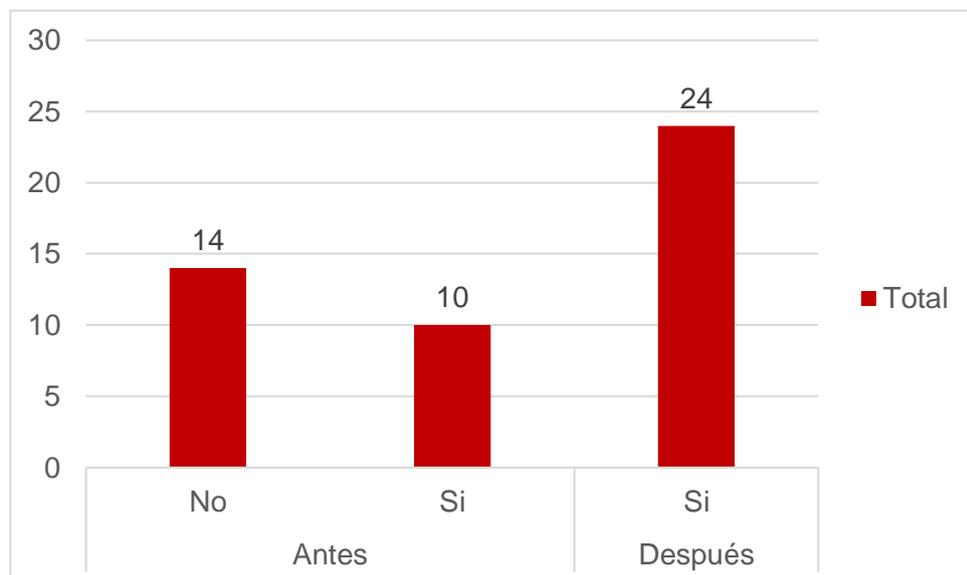
Fuente: Formularios personales -Escala de ansiedad y depresión de Goldberg-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

La gráfica que antecede muestra que hubo una disminución de los síntomas relacionados a estados de ansiedad, durante la aplicación de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, efectuadas en tres ocasiones para la misma persona, siendo en términos de puntuación una reducción aproximada de -270 puntos según la escala de Goldberg.

Adicionalmente, para el desarrollo de este proyecto de investigación, se aplicó el formulario de pre-test de radiestesia clínica mediante péndulo, sobre lo cual se presenta a continuación, los resultados obtenidos en la recopilación de datos de las personas a quienes se les aplicó tres sesiones de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, con el objetivo de identificar el estado de los chakras antes y después del protocolo terapéutico.

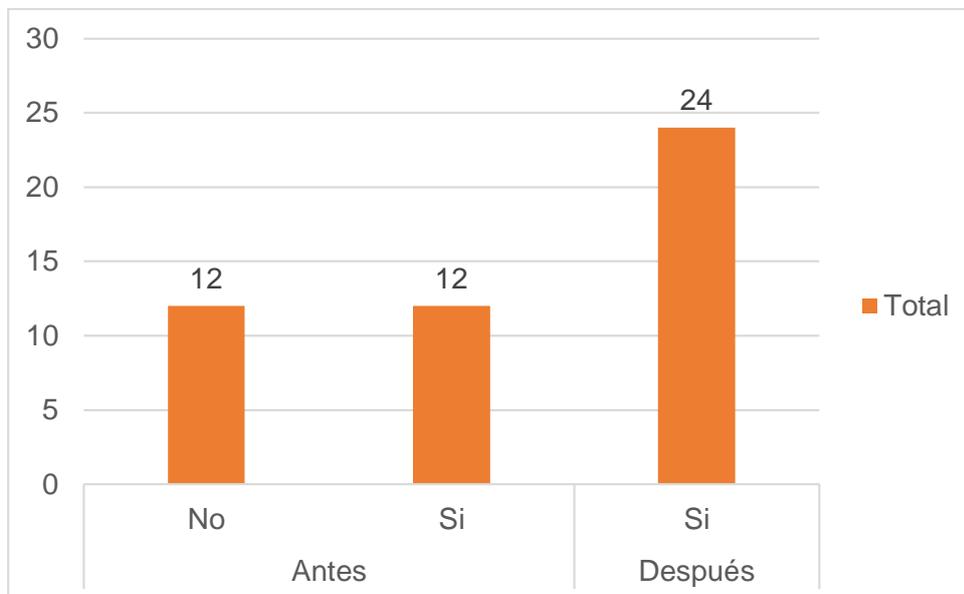
El uso del péndulo respondió a la pregunta: ¿Está armonizado el chakra (nombre del chakra) si o no? Los resultados se presentan mediante gráficos comparativos del antes y después de la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, siendo:

**Ilustración 27: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 1 Muladhara.**



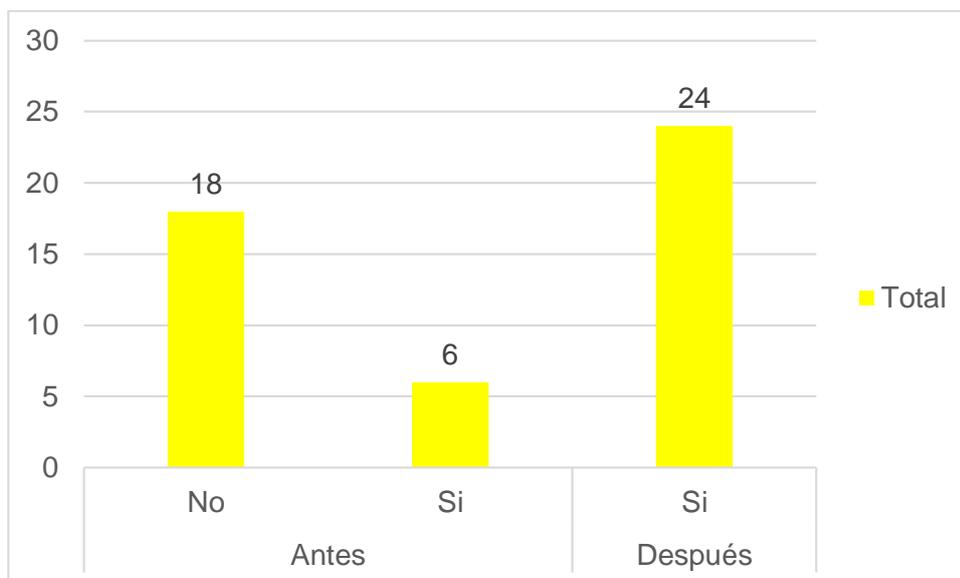
Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 28: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 2 Svadhishtana.**



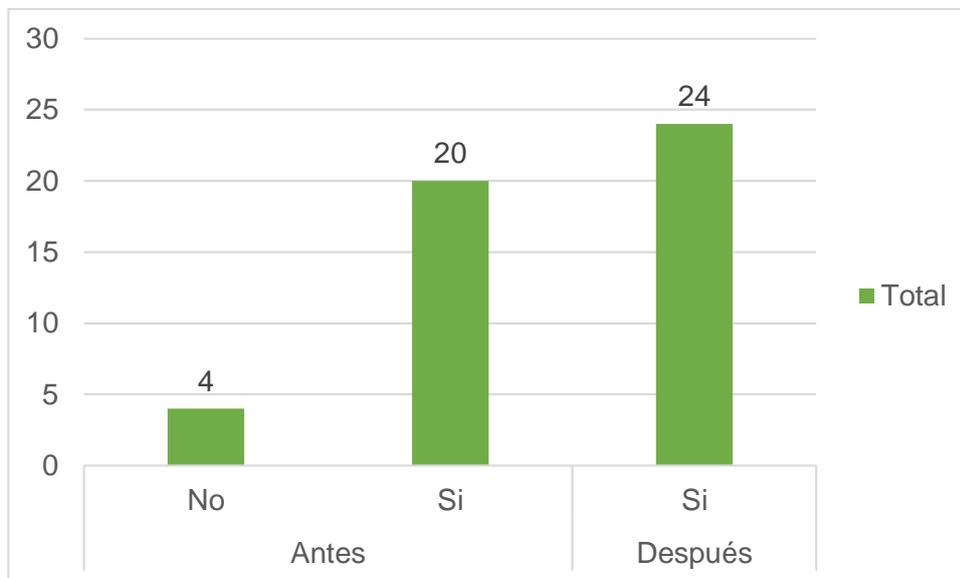
Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 29: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 3 Manipura.**



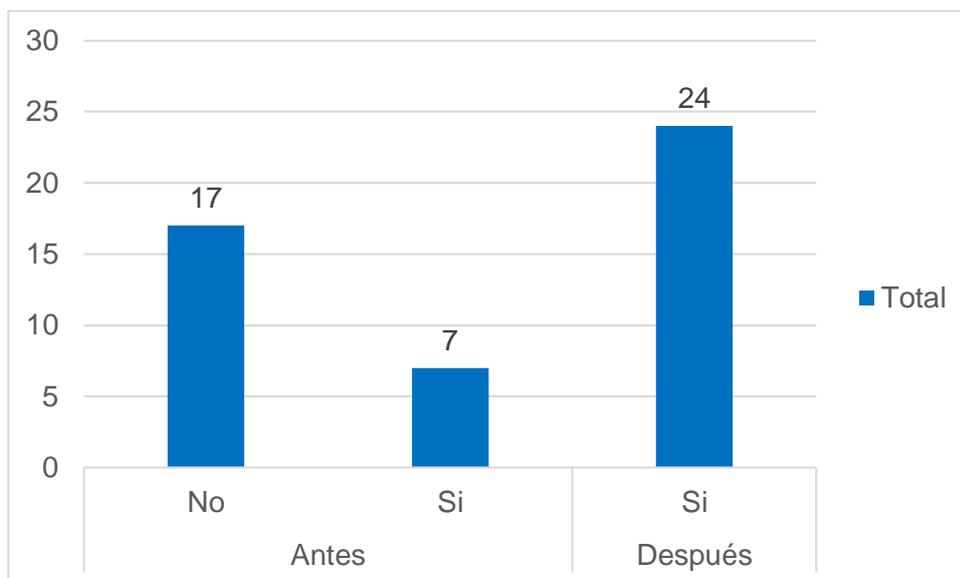
Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 30: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 4 Anahata.**



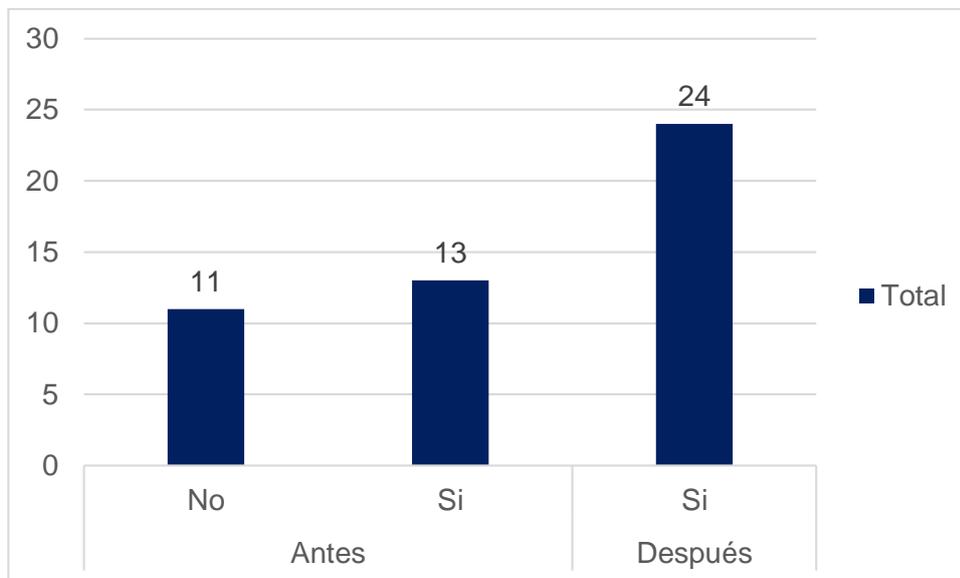
Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 31: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 5 Vishuda.**



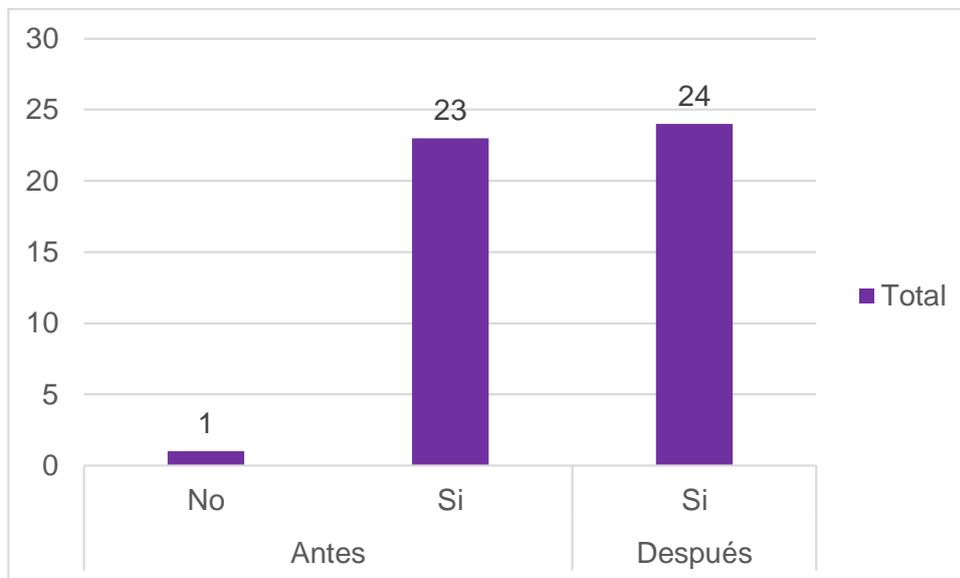
Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 32: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 6 Ajna.**



Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

**Ilustración 33: Incidencia de la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo. Chakra 7 Sahasrara.**



Fuente: Formularios personales -Test de radiestesia método péndulo-.  
Elaborado por: Juan Pablo Macancela S.

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

- Un baño de sonido o también conocido como terapia de sonido, implica la exposición de la persona, a sonidos relajantes o armónicos con el objetivo de inducir un estado de bienestar y reducir los niveles de ansiedad.
- Los baños de sonido inciden, mediante la vibración, en la armonización de los centros energéticos o chakras del cuerpo humano, produciendo estados de relajación mental y reducción de los síntomas relacionados a la ansiedad.
- Los resultados obtenidos en el presente proyecto de investigación indicaron que la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, en personas con diagnóstico de ansiedad, es eficaz en la disminución de los síntomas relacionados al trastorno de ansiedad generalizada.
- Los resultados obtenidos en el presente proyecto de investigación indicaron que la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, en personas con estados de ansiedad, es eficaz para llevar a los chakras desarmonizados hacia una armonización de cada uno de los siete centros de energía principales del cuerpo.
- Se recomienda la importancia de estructurar un protocolo terapéutico específico para la terapia de sonido con cuencos de cuarzo, a fin de generar sonidos y vibraciones armónicas que estimulen el campo energético de la persona y provoquen estados de relajación para la disminución de síntomas.
- Se recomienda aplicar un método de verificación de la aplicación de la terapia de sonido, mediante el correcto uso del péndulo como método de

la radiestesia médica, a fin de constatar el estado de armonización de un chakra antes y después del protocolo terapéutico.

- Se recomienda que, para la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, estos instrumentos cuenten con garantía de fabricación y certificado de afinación con las notas musicales e identificación de los hertzios a los que vibren.
- Se recomienda que, para la aplicación de terapia de sonido con cuencos de cuarzo, en espacios cerrados, dichos espacios estén debidamente limpios tanto física como energéticamente.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Samsó R. El poder sanador del baño de sonido. Ediciones Instituto Expertos®. España. 2021;(pg. 64-67.)
2. Portal de la Salud. Gobierno de Navarra a la Ciudadanía. Mi enfermedad (Online). Available from: [http://www.navarra.es/home\\_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad](http://www.navarra.es/home_es/Temas/Portal+de+la+Salud/Ciudadania/Mi+enfermedad/Trastornos+de+ansiedad).
3. Ecuavisa. BBC News Mundo. Qué síntomas produce la ansiedad y en qué se diferencia de la depresión. (Online); 2022 (cited feb.9 2022). Available from: <https://www.ecuavisa.com/tendencias/salud/que-sintomas-produce-la-ansiedad-y-en-que-se-diferencia-de-la-depresion-AI1318046>
4. Gavin Quishpe MA. Módulo de introducción a la Naturopatía. Instituto Dr. Misael Acosta. 2020;14-23.
5. Millstine Denise. Introducción a la medicina alternativa, complementaria e integrativa. MD Mayo Clinic. Manual MSD. (Online); 2023 (cited oct. 2021). Available from: <https://www.msdmanuals.com/es-ec/hogar/temas-especiales/medicina-alternativa-complementaria-e-integrativa/introducci%C3%B3n-a-la-medicina-alternativa-complementaria-e-integrativa>.
6. Primicias.ec. Boletines Sociedad. Las consultas por depresión y ansiedad se disparan en Ecuador. (Online); 2024 (cited ene.16 2024). Available from: <https://www.primicias.ec/noticias/sociedad/salud-mental-ansiedad-depresion-consultas-ecuador/>
7. Ecuavisa. Tevistazo. Aumenta la prevalencia de depresión y ansiedad en Ecuador. (Online); 2023 (cited jun.27 2023). Available from: <https://www.ecuavisa.com/noticias/ecuador/aumenta-la-prevalencia-de-depresion-y-ansiedad-en-ecuador-DB5470720>
8. Yoga Muladhara. Qué son los Chakras. (Online); 2022 (cited oct.18 2022). Available from: <https://yogamuladhara.com/los-chakras/>

9. Always The Hours. Manual de los Chakras, (Online); 2014 (cited nov.12 2014). Available from <https://es.scribd.com/document/246413008/Manual-Chakras>
10. Gustavo Fernández. El correcto uso del péndulo y la pirámide. Editorial Siete Llaves. Argentina. 1999. (Online); Available from [https://www.academia.edu/83678035/Gustavo\\_Fern%C3%A1ndez\\_El\\_Correcto\\_Uso\\_del\\_P%C3%A9ndulo\\_y\\_la\\_Pir%C3%A1mide](https://www.academia.edu/83678035/Gustavo_Fern%C3%A1ndez_El_Correcto_Uso_del_P%C3%A9ndulo_y_la_Pir%C3%A1mide)
11. Mad4yoga. Frecuencias vibratorias con poderes curativos. (Online); 2015 (cited feb.8 2015). Available from <https://mad4yoga.com/frecuencias-vibratorias-con-poderes-curativos/>
12. Saavedra. Radiestesia. Tabla para péndulo. Tabla de radiestesia Si No Tal vez. Subtil.net. (Online); 2019 (cited may.26 2019). Available from <https://www.subtil.net/es/view/52f695e0-c41f-430a-b117-e5b21fb01cbb>
13. Daniel y Élidea Rota. Ansiedad, cómo gestionar el mal de la época. e625. Dallas, Texas USA. 2021; 6-7; 21-26. (Online); Available from: <https://es.scribd.com/document/502765948/ANSIEDAD-BOOK>.
14. Clínica de la Ansiedad. La ansiedad como sistema de alerta normal, adaptativo y universal. Madrid, Barcelona, España. (Online); Available from: <https://clinicadeansiedad.com/problemas/introduccion/ansiedad-sistema-alerta/>
15. NIMH The National Institute of Mental Health. Trastorno de ansiedad generalizada: Cuando no se puede controlar la preocupación. Publicación de NIH Núm. 22-MH-8090S. Information Resource Center. Estados Unidos. (Online); 2022. Available from: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/trastorno-de-ansiedad-generalizada-cuando-no-se-pueden-controlar-las-preocupaciones-new>
16. J. Zain. V. Tosto. M.A. Farina. El uso de cuencos tibetanos como recurso en Musicoterapia Receptiva. Buenos Aires Argentina. (Online); 2008. Available from: <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/134065>

# ANEXOS

 INSTITUTO SUPERIOR TECNOLÓGICO®  
Dr. MISAEL ACOSTA S.

 Salud  
ISTMA

## Historia Clínica

Fecha: ..... / ..... / ..... / Historia N°: .....

**DATOS DE IDENTIFICACIÓN:**

Nombre y Apellido: ..... Edad: .....

Cédula de ciudadanía: ..... Fecha de nacimiento: .....

Dirección: ..... Teléfono: .....

Nivel de instrucción: ..... Ocupación: .....

Estado civil: ..... Religión: ..... Autoidentificación Étnica: .....

Persona de referencia: ..... Teléfono: .....

**ANAMNESIS:**

Motivo de consulta: .....

Historia de la enfermedad actual: .....

Antecedentes patológicos personales (Enfermedades, accidentes, cirugías, alergias): .....

Antecedentes patológicos familiares: .....

Historia psicosocial: (Emocionales, factores de riesgo para enfermedades en el ambiente familiar y socio laboral) .....

Gineco-obstétrica: .....

Hábitos generales: (sueño, miccional, defecatorio, ejercicio, tabaco, licor, -otros- medicinas, terapias) .....

Hábitos nutricionales: (Variedad, cantidad, frecuencia, hidratación, otros) .....

Unidad de Comunicaciones  
ISTMA S 2021

Formato de Historia clínica.1/4

Fuente: Instituto Superior Tecnológico Dr. Misael Acosta Solís.



## Historia Clínica

### EXAMEN FÍSICO GENERAL:

1. Biotipo:.....
2. Facies:.....
3. Actitud y postura:.....
4. Piel y mucosa:.....
5. Pelo y uñas:.....
6. Tejido celular subcutáneo (TCS):.....
7. Signos vitales:  
F.C.: \_\_\_\_/min    F.R.: \_\_\_\_/min    T.A.: \_\_\_\_/\_\_\_\_ mmHG    T°: \_\_\_\_ Sat.O2 \_\_\_\_ %
8. Composición corporal:  
Peso: \_\_\_\_ Kg.    Talla: \_\_\_\_ m    IMC: \_\_\_\_ Contextura(p)(m){g}    P.A.: \_\_\_\_ cm  
% de grasa: \_\_\_\_ % de músculo: \_\_\_\_ % de agua: \_\_\_\_ Grasa visceral: \_\_\_\_  
TMB: \_\_\_\_ RED: \_\_\_\_ Peso ideal: \_\_\_\_ kg.

### EXAMEN FÍSICO POR SISTEMAS:

1. S. Cardiorrespiratorio:.....
2. S. Digestivo:.....
3. SOMA:.....
4. S. Nervioso:.....

### DATOS DE EXÁMENES COMPLEMENTARIOS:

.....

.....

.....

### VALORACIÓN NATUROPÁTICA: (Reflexología, Iridología, Bioenergético, Floral, Oriental, Anisopsias TA, otros)

.....

.....



## Historia Clínica

### DIAGNÓSTICO PRESUNTIVO NATUROPÁTICO:

---

---

---

---

### DIAGNÓSTICO DEFINITIVO:

---

---

---

---

### PLAN TERAPÉUTICO:

---

---

---

---

### DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He facilitado la información completa que conozco sobre mis antecedentes personales, familiares y estado de salud que me ha sido solicitada. Soy consciente de que omitir estos datos puede afectar los resultados del tratamiento. He sido informado sobre el procedimiento naturopático propuesto, con el cual estoy de acuerdo.

He tomado la decisión de autorizar dicho procedimiento.

Nombre del paciente:

Cédula de ciudadanía:

Firma del paciente:

Nombre del terapeuta:



## ESCALA DE ANSIEDAD Y DEPRESIÓN DE GOLDBERG

Identificación ..... Fecha .....

Indique para cada uno de los siguientes síntomas el grado en que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana y en el momento actual. Elija de entre las siguientes opciones la que mejor se corresponda:

0 = en absoluto

1 = Levemente, no me molesta mucho

2 = Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo

3 = Severamente, casi no podía soportarlo

PRIMERA SESIÓN	ANTES				DESPUÉS			
	0	1	2	3	0	1	2	3
1. Hormigueo o entumecimiento								
2. Sensación de calor								
3. Temblor de piernas								
4. Incapacidad de relajarse								
5. Miedo a que suceda lo peor								
6. Mareo o aturdimiento								
7. Palpitaciones o taquicardia								
8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física								
9. Terrores								
10. Nerviosismo								
11. Sensación de ahogo								
12. Temblores de manos								
13. Temblor generalizado o estremecimiento								
14. Miedo a perder el control								
15. Dificultad para respirar								
16. Miedo a morir								
17. Sobresaltos								
18. Molestias digestivas o abdominales								
19. Palidez								
20. Rubor facial								
21. Sudoración (no debida al calor)								
<b>TOTAL</b>	<b>1ro</b>				<b>2do</b>			

Formato Diagnóstico Escala de Ansiedad y Depresión de Goldberg.  
Fuente: Instituto Superior Tecnológico Dr. Misael Acosta Solís.

**TEST DE RADIESTESIA**

**METODO PENDULO**

NOMBRE \_\_\_\_\_

FECHA \_\_\_\_\_

**Primera sesión ANTES**

	Armonizado SI/NO	SI	NO
1	MULADHARA		
2	SVADHISTHANA		
3	MANIPURA		
4	ANAHATA		
5	VISHUDDHA		
6	AJNA		
7	SAHASRARA		

**Primera sesión DESPUES**

	Armonizado SI/NO	SI	NO
1	MULADHARA		
2	SVADHISTHANA		
3	MANIPURA		
4	ANAHATA		
5	VISHUDDHA		
6	AJNA		
7	SAHASRARA		

**Segunda sesión ANTES**

	Armonizado SI/NO	SI	NO
1	MULADHARA		
2	SVADHISTHANA		
3	MANIPURA		
4	ANAHATA		
5	VISHUDDHA		
6	AJNA		
7	SAHASRARA		

FECHA

**Segunda sesión DESPUES**

	Armonizado SI/NO	SI	NO
1	MULADHARA		
2	SVADHISTHANA		
3	MANIPURA		
4	ANAHATA		
5	VISHUDDHA		
6	AJNA		
7	SAHASRARA		

**tercera sesión ANTES**

	Armonizado SI/NO	SI	NO
1	MULADHARA		
2	SVADHISTHANA		
3	MANIPURA		
4	ANAHATA		
5	VISHUDDHA		
6	AJNA		
7	SAHASRARA		

FECHA

**Tercera sesión DESPUES**

	Armonizado SI/NO	SI	NO
1	MULADHARA		
2	SVADHISTHANA		
3	MANIPURA		
4	ANAHATA		
5	VISHUDDHA		
6	AJNA		
7	SAHASRARA		

FIRMA \_\_\_\_\_

CI \_\_\_\_\_

Formato test radiestesia práctica, método péndulo.  
Fuente: Instituto Superior Tecnológico Dr. Misael Acosta Solís.



Diagnóstico inicial test de ansiedad.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Diagnóstico inicial test de radiestesia.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Terapia de sonido armonización de chakras.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Resultados test de ansiedad.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Terapia de sonido técnica barrido de cuencos.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Resultado test de radiestesia método péndulo.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Terapia de sonido grupal cuencos de cuarzo.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.



Terapia de sonido grupal cuencos de cuarzo.  
Fuente: Juan Pablo Macancela S.

