

2025-07-24

Canto colectivo femenino: un espacio de encuentro y expresión

Autor: Redacción

Género: Nota Informativa

<https://boletines.uam.mx/archivos/numero-465-2/>

Número 465

Crean un espacio seguro y de confianza donde las mujeres pueden conectarse, compartir experiencias y construir lazos de solidaridad

La experiencia de cantar puede crear un sentido de pertenencia entre ellas

En el marco del ciclo Miércoles en las Ciencias Sociales y Humanidades, se presentó la conferencia "A viva voz: experiencias de canto colectivo entre mujeres", impartido por Giuliana Mastrolinardo, de la Maestría en Psicología Social de la Unidad Iztapalapa de la Universidad Autónoma Metropolitana (UAM).

Durante la conferencia organizada por la Coordinación de Docencia y Atención a alumnos de Ciencias Sociales y Humanidades (CSH), Giuliana Mastrolinardo dio a conocer su investigación de tesis de maestría, al dar cuenta de que el canto colectivo entre mujeres, a viva voz, es una experiencia enriquecedora que fomenta la unión, la manifestación personal y la sanación a través de la música y el diálogo.

Un espacio donde se usa el canto como herramienta de la palabra, reconocimiento y su valoración. Este tipo de encuentros permite a las participantes compartir sus historias, dialogar, realizar dinámicas grupales y disfrutar de convivios, todo a través de la música.

El canto colectivo femenino, en el marco de la psicología social simbólica, se entiende como una práctica transformadora que facilita la construcción de identidades, la manifestación efectiva y el fortalecimiento del tejido social entre mujeres, apuntó.

Desde esta perspectiva puede entenderse como una forma de terapia grupal, donde la música se utiliza como instrumento para facilitar la expresión, la comunicación y la curación. La sincronización de las voces y la experiencia compartida del canto pueden generar un sentido de unidad y conexión emocional profunda, lo que a su vez tiene un impacto positivo en la salud mental y el bienestar general, acentuó.

La música y el canto son canales de exteriorización activa, permite a las mujeres liberar tensiones y procesar vivencias difíciles. La vivencia de cantar juntas, especialmente en entornos donde las voces femeninas han sido silenciadas, puede ser altamente empoderadora, potenciando su autoafirmación y agencia.

Mastrolinardo hizo énfasis en las expectativas sobre el rol de género y los comportamientos considerados femeninos, ya que pueden afectar la forma en que ellas se perciben a sí mismas y cómo creen que los demás las perciben.

Esto en un contexto de la psicología, la "dimensión especular del self", se refiere a cómo la percepción que tiene una persona de sí misma se ve afectada por las respuestas y reacciones de los demás, especialmente en las relaciones interpersonales.

Dicha influencia se considera un proceso continuo que comienza en la infancia y moldea la identidad y la autoestima. Las figuras significativas, como los padres o cuidadores, actúan como espejos, reflejando una imagen

de la persona que es internalizada y contribuye a la formación del self.

Lo anterior puede generar en la mujer un "sentimiento de vergüenza, que afecta significativamente la libre expresión al cantar en público; además, tiene un impacto en diversos aspectos de su vida, como problemas de autoestima, ansiedad, depresión y comportamientos de evitación social", subrayó.

Las experiencias de violencia afectan la voz, "hay mujeres que han vivido estas situaciones, discriminación de género, algunas fueron ignoradas, desprestigiadas, castigadas o juzgadas al expresarse con su voz". El silenciamiento hacia ellas es sistemático, se manifiesta en instituciones como la familia, la pareja y el trabajo de manera regular.

Dijo que el canto propicia el agenciamiento del cuerpo y la voz, al cantar, se pueden experimentar diferentes estados emocionales, lo que puede llevar a una mayor autoconciencia y a una mejor gestión de las emociones. La práctica vocal en grupo, también puede fomentar la interacción social, reduciendo la sensación de soledad y promoviendo la conexión con los demás.

El acuerpamiento en grupos femeninos de canto ofrece múltiples beneficios, tanto a nivel individual como colectivo, fortalece los lazos entre las integrantes, genera un espacio de apoyo mutuo y empoderamiento y permite la construcción de una identidad grupal a través de la música.

La estudiante de maestría concluyó insistiendo que el canto colectivo ofrece un espacio seguro para que ellas expresen sus emociones, pensamientos y experiencias, sin las limitaciones impuestas por estructuras patriarcales; fomenta lazos de solidaridad, compañerismo y apoyo, generando un sentido de pertenencia a una comunidad.

Por su parte, el doctor Raúl Romero Ruiz, profesor e integrante del Comité Académico del Posgrado en Psicología Social de la Unidad Iztapalapa y presentador de la conferencia, dijo que el canto colectivo de mujeres puede tener una influencia social; además, esta práctica no solo promueve el bienestar individual, sino que también puede generar un impacto positivo en la comunidad, fomentando la cohesión social, la expresión cultural y la reivindicación de la identidad femenina.