

La guitarra de Mauro.
Método para una iniciación ergonómica en la guitarra.

Trabajo de grado para optar al título de Licenciado en Música

Andrés Mauricio Solano Rodríguez

Universidad Pedagógica Nacional

Facultad de Bellas Artes

Bogotá D.C

2024

La guitarra de Mauro.
Método para una iniciación ergonómica en la guitarra.

Andrés Mauricio Solano Rodríguez
Código: 2019175034

Asesor: Andrés Villamil Mendoza

Universidad Pedagógica Nacional
Facultad de Bellas Artes
Bogotá D.C
2024

Contenido

Introducción.....	6
Planteamiento del Problema.....	7
Pregunta de Investigación	8
Objetivo General	9
Objetivos Específicos	9
Justificación.....	10
Antecedentes	12
Enfoque Epistemológico	15
Referentes Conceptuales	17
La Guitarra	17
Cuidado del músico.....	18
Marco Teórico.....	19
Introducción.....	19
La Guitarra	20
La Enseñanza de la Guitarra.....	20
Métodos para la Enseñanza de la Guitarra	20
Ergonomía y Cuidado del Guitarrista.....	26
Ventajas de manejar conceptos de Ergonomía y Buena Postura.....	26
Factores de Riesgo	27
Enfermedades más Comunes en los Guitarristas	28
Las Tics como Herramienta de Aprendizaje	29
Recomendaciones para el cuidado del guitarrista	31

Bases y Enfoque Pedagógico del Método <i>La Guitarra de Mauro</i>	32
Enfoque Educativo Constructivista.....	32
Modelo Pedagógico: Zona de Desarrollo Próximo de Lev Vygotsky.....	34
Metodología	38
Tipo de Investigación.....	38
Diseño Metodológico	38
Desarrollo de la Metodología.....	41
Análisis de la Información	54
Triangulación de la Información.....	54
Conclusiones	57
Bibliografía.....	59

Tabla 1: Preguntas encuesta cualitativa estudiantes.....	40
Tabla 2: Preguntas entrevista maestros	41
Tabla 3: Talleres etapa inicial	42
Tabla 4: Talleres etapa media.....	43
Tabla 5: Talleres etapa final	44
Tabla 6: Respuestas a pregunta 1 estudiantes	44
Tabla 7: Respuestas a pregunta 2 estudiantes	44
Tabla 8: Respuestas a pregunta 3 estudiantes	45
Tabla 9: Respuestas a pregunta 4 estudiantes	45
Tabla 10: Respuestas a pregunta 5 estudiantes	46
Tabla 11: Respuestas a pregunta 6 estudiantes	46
Tabla 12: Respuestas a pregunta 7 estudiantes	47
Tabla 13: Respuestas a pregunta 8 estudiantes	47
Tabla 14: Respuestas a pregunta 9 estudiantes	48
Tabla 15: Respuestas a pregunta 10 estudiantes	48
Tabla 16: Respuestas a pregunta 11 estudiantes	49
Tabla 17: Maestros que enseñaron el método <i>La Guitarra de Mauro</i>	49
Tabla 18: Respuestas a pregunta 1 maestros.....	50
Tabla 19: Respuestas a pregunta 2 maestros.....	50
Tabla 20: Respuestas a pregunta 3 maestros.....	51
Tabla 21: Respuestas a pregunta 4 maestros.....	51
Tabla 22: Respuestas a pregunta 5 maestros.....	52
Tabla 23: Respuestas a pregunta 6 maestros.....	52
Tabla 24: Respuestas a pregunta 7 maestros.....	53
Tabla 25: Respuestas a pregunta 8 maestros.....	54
Tabla 26: Triangulación de la información	56

Introducción

La Guitarra de Mauro

Método para una iniciación ergonómica en la Guitarra

El presente trabajo propone la realización de un método para una iniciación ergonómica en la guitarra, enfocado en lograr un aprendizaje del instrumento de manera sana. Lo que se busca es que, al mismo tiempo que los estudiantes construyen unas bases en la guitarra, adquieran una técnica sana de estudio. Esta metodología cuenta con diez capítulos en los que se trabajan ejercicios de calentamiento y estiramiento, cómo estudiar, canciones de diferentes géneros, ejercicios para la independencia de las manos izquierda y derecha, así como ejercicios de arpeggios y trabajo de la postura.

El método cuenta con herramientas audiovisuales para que el proceso sea cómodo y autónomo: utiliza una serie de imágenes y más de 80 videos que refuerzan toda la información que se incluye en el método.

Planteamiento del Problema

La guitarra es uno de los instrumentos más populares del mundo, gracias a que es fácil de conseguir y muy cómoda de llevar a todas partes. Debido a esto se han escrito muchas cartillas, métodos y guías didácticas para aprender a tocar el instrumento. Aunque existen dichas herramientas, la mayoría de metodologías están enfocadas en buscar resultados rápidos y no abordan a fondo aspectos como los calentamientos, los estiramientos, el cómo estudiar y cómo realizar pausas activas, con lo cual muchas veces no se generan bases técnicas sanas para el aprendizaje del instrumento.

Por otro lado, existe una falta de información para el estudiante acerca de cuánto tiempo deberían tocar y cuándo hacer pausas activas. Al no saber cómo prepararse para tocar el instrumento, él/ella genera dolores, lesiones y problemas técnicos, debido al sobreesfuerzo que hace al estudiar. Esto lleva a que se interrumpa o en el peor de los casos, se termine el proceso de aprendizaje guitarrístico, además de que genera un cansancio físico y mental.

La postura en el instrumento es de suma importancia, ya que ayuda a prevenir dolores y lesiones. Ayavaca (2019) dice que lo ideal sería poder “mantener una posición correcta”, sumado a una buena rutina de calentamiento y a la implementación de pausas activas que ayuden a prevenir enfermedades ligadas a la práctica instrumental.

También se evidenció que la mayoría de métodos para la iniciación en la guitarra no cuentan con un apoyo audiovisual y los que utilizan estas herramientas no tienen una buena accesibilidad para el estudiante que inicia en el instrumento. Por lo general, se accede ingresando a través del link de una página web y buscando el audio o video que se desea trabajar. Existen métodos que cuentan con videos de YouTube; sin embargo son de uso restringido, ya que el ingreso requiere un link de acceso para cada video o lección, es decir, no son de acceso libre y conllevan ciertas implicaciones (ser mayor de edad, además de contar con los recursos económicos y con los métodos de pago requeridos según el caso). Es por ello que se ve la necesidad de poner a disposición un método que cuente con apoyo audiovisual y que sea de acceso libre (sólo se requiere contar con conexión a internet y algún dispositivo como computador, tablet, celular, etc.).

Pregunta de Investigación

¿Cómo propiciar el desarrollo de hábitos técnicos sanos en la iniciación de la guitarra, a través de metodologías como el trabajo presencial y la utilización de herramientas TICS?

Objetivo General

Crear un método para la iniciación en la guitarra acústica que fomente el desarrollo de hábitos técnicos sanos, a través de la utilización de metodologías como el trabajo presencial y no presencial, mediado por el uso de herramientas Tics.

Objetivos Específicos

1. Diseñar una metodología basada en el modelo constructivista que haga uso de arreglos, ejercicios, obras y videos propios, para fomentar un aprendizaje técnicamente sano del instrumento.
2. Evidenciar las diferentes formas en que se da el proceso de aprendizaje de la guitarra con base en una muestra de métodos, cartillas y documentos relacionados con la enseñanza inicial del instrumento.
3. Indagar alrededor de diferentes propuestas sobre la prevención de enfermedades en músicos y generar, con base en esto, una rutina saludable de calentamiento.

Justificación

Este material sirve de guía para estudiantes que inician en la guitarra, porque contiene una compilación de herramientas necesarias para que puedan llegar a tener una adecuada apropiación del instrumento. El material incluye ejercicios de calentamiento y estiramiento que ayudarán a la preparación del cuerpo para la práctica instrumental.

Este método ofrece una amplia gama de herramientas que harán sano y dinámico el proceso de aprendizaje, como el uso de partituras, imágenes y videos, que están pensados para el nivel en el que se encuentran los estudiantes, ayudando así a que no se generen sobreesfuerzos y tensiones. Los videos son un eje central, porque ofrecen un ejemplo práctico de cómo realizar un ejercicio, cómo tocar los acordes y las canciones.

Cada ejercicio, canción con acordes y de guitarra solista, va acompañada de su partitura y video respectivo. En los videos se sitúan los acordes y partituras para que todo sea claro. Además, disponen de diferentes tipos de video que van desde la explicación detallada de cómo hacer los ejercicios, tocar las canciones y los arreglos de canciones de guitarra solista, en los cuales se muestra la partitura en la parte inferior de la pantalla.

También se enseña de una forma progresiva: cada capítulo presenta un nivel distinto de dificultad, comenzando por lo más sencillo y permitiendo que el estudiante tenga unas bases técnicas, rítmicas, corporales y guitarrísticas muy sólidas. Esto ayuda a que toque canciones y ejercicios que están a su nivel, ayudando así a que el cuerpo se vaya acostumbrando de a poco a la actividad de tocar el instrumento.

Esta investigación aporta una forma distinta de abordar la guitarra, ya que no sólo busca que el estudiante aprenda ejercicios, ritmos y canciones, sino que también se preocupa por cómo se estudia y cómo se prepara el cuerpo. Se enseña al estudiante a cómo estirar y calentar correctamente, con la idea de que su experiencia con el instrumento sea cómoda.

Este trabajo nace de los problemas físicos que tuvo el investigador en su proceso musical y el de sus compañeros, teniendo varias lesiones y enfermedades como inicios de tendinitis, sobrecarga muscular, escoliosis y dolor en las manos. Se logró solucionar estos

problemas por medio de ejercicios ergonómicos, preparación antes y después de tocar el instrumento y aprendiendo a cómo estudiar. Se busca que los estudiantes no desarrollen problemas físicos, sino que tengan un proceso libre de enfermedades y lesiones.

Antecedentes

En este apartado se reúnen algunos ejemplos de cartillas, libros, guías y métodos para la enseñanza de la guitarra, haciendo una breve descripción de los temas que abordan y su aporte a esta investigación.

Método de Guitarra 1 de Iván Ernesto Becerra, (2013) (41 páginas).

En este método se encuentra una serie de ejercicios y canciones para el aprendizaje del instrumento. Comienza mostrando las partes de la guitarra, el pentagrama y la tablatura, para luego hablar del valor rítmico de las notas; continúa con ejercicios de cambio de cuerda, arpeggios, escalas cromáticas, así como también trabaja una serie de canciones y ejercicios creados por el autor, donde abordan las escalas y la velocidad.

Este método busca que el repertorio escogido sea adecuado para la iniciación en la guitarra, haciendo primero ejercicios y proponiendo luego arreglos de canciones que trabajen el tema visto anteriormente. Aporta a la presente investigación en la manera de presentar el contenido, ya que en él se trabaja de forma clara y progresiva.

Entre cuerdas de Guitarra cartilla 1 de Carlos Mario Vásquez Rojas, (2017) en Colombia (82 páginas).

Cartilla ganadora de la Convocatoria de Estímulos del Ministerio de Cultura de Colombia en 2017; cuenta con una serie de veinte lecciones, donde se trabajan varios temas iniciando por la posición de la guitarra y el ejecutante, ejercicios de independencia para ambas manos y canciones de música colombiana de diferentes niveles de dificultad.

Este trabajo, como dice el autor, “es el resultado de una inquietud permanente y añeja, sobre los procesos de enseñanza-aprendizaje de los instrumentos típicos de nuestra organología”; se enfoca en el trabajo docente con niños y jóvenes para darles a conocer la música colombiana en el instrumento.

Presenta el contenido de manera progresiva, primero se explica por ejemplo la primera cuerda y sus notas, para luego trabajar canciones sólo para esta cuerda.

Esta cartilla aporta a la investigación una manera clara de presentar los contenidos, también propone una forma diferente de mostrar las posturas a la hora de tocar, haciendo uso de imágenes.

Jugando a tocar guitarra de Javier Humberto Guaneme, (2013) en Colombia (78 páginas).

Aquí Guaneme cuenta el proceso en la Escuela de Formación Musical de Tocancipá (EFMT), también se hace mención acerca de los instrumentos de recolección que utilizó.

Como cuenta el autor, esta metodología busca “estimular al estudiante mediante la implementación de una didáctica (...) que fortalezcan sus conocimientos básicos a otros puntos de vista más avanzados” (pág. 11), haciéndolo por medio de la guitarra.

Guaneme inicia dando una explicación de diferentes temas y contenidos, iniciando con el diapasón de la guitarra, las alteraciones en la música, figuras musicales y el pentagrama.

Este trabajo aporta a la presente investigación en el cómo se trabaja la iniciación en el instrumento y la forma clara de enseñar las notas y figuras musicales.

Curso completo de guitarra acústica de Miguel Antonio Martínez Cuéllar, (2017) en Bogotá, Colombia (449 páginas).

Este curso cuenta con 60 lecciones y más de 276 ejercicios, donde se trabajan temas cómo la afinación del instrumento, la postura, el cifrado, las notas en la guitarra, las escalas y los acordes.

Es una guía para el estudiante principiante y también un libro de consulta para el estudiante experimentado, se busca según el autor que “sea claro y fácil de entender.”

Se encuentran ejercicios y contenidos teóricos donde cada uno de ellos cuenta con un audio que funciona como guía para el estudiante a la hora de su práctica.

Este trabajo aporta a la investigación su forma clara de explicar cada tema, también en el cómo se apoya de lo audiovisual para hacerle el proceso más agradable al estudiante.

Tus primeros acordes 1 de Joan Inglada, (2017) (29 páginas).

En esta cartilla se habla de los acordes mayores y menores en versiones “mini” o versiones sencillas y los acordes completos.

Lo que el autor busca es que estos acordes le permitan al estudiante tocar muchas de las canciones que más le gustan, se utilizan las herramientas de tablatura, partitura, diagrama de acordes y un QR que redirige a un video; también el autor cuenta con una página llamada *Guitarra paso a paso*, donde tiene más ejercicios y planes de estudio.

Este libro aporta a la investigación su forma de utilizar el material audiovisual, sobre todo los videos porque son claros en el lenguaje que utiliza, muy apropiado para los estudiantes que inician en el instrumento, además de que son dinámicos y entretenidos.

Enfoque Epistemológico

En general existen dos grandes enfoques epistemológicos, el cuantitativo y el cualitativo. A grandes rasgos el enfoque cuantitativo trata de la recolección y análisis de datos cuantificables en cifras en una población de estudio. El enfoque cualitativo según Castro y Sehk (2005) se caracteriza por “captar la realidad social a través de los ojos de las personas que están siendo estudiadas” (p. 84).

Lo que se busca en la presente investigación es que cada estudiante sea protagonista de su proceso de aprendizaje, observando cómo aborda cada canción, ejercicio y actividad que se le presenta y es por esto que se propone utilizar el enfoque cualitativo y no el cuantitativo, ya que el enfoque cuantitativo se centra “en la comprensión explicativa y predicativa de la realidad, bajo una concepción objetiva, unitaria, estática y reduccionista” según Palacios (2006, p. 3), lo cual está muy alejado del tipo de investigación que aquí se propone.

Por lo mismo, esta investigación se centra en la elaboración de un método de iniciación ergonómica en la guitarra, dirigido a estudiantes principiantes en el instrumento, tomando en cuenta sus características particulares, sus gustos, sus conocimientos previos y sus habilidades, puntos fundamentales en el proceso de iniciación guitarrística, donde se les darán los ejercicios de calentamiento y estiramiento, además se generarán arreglos y ejercicios que estén a su nivel, para así evitar tensiones, molestias y dolores producidos por la práctica instrumental.

Se trabajará a partir de las pautas y problemas centrales que se presenten durante el proceso mismo de la investigación. Por tal razón, “los conceptos que se manejan en las investigaciones (...) en la mayoría de los casos no están operacionalizados desde el principio de la investigación, es decir, no están definidos desde el inicio los indicadores que se tomarán en cuenta durante el proceso de investigación.” (Palacios, 2006, p. 3). Con esto se dará paso a la exploración de diferentes formas de trabajar un mismo ejercicio.

Se buscará que los estudiantes se sientan lo más cómodos posible, preguntándoles sobre sus gustos musicales a la hora de pensar en tocar la guitarra, así como prestando atención a canciones y ejercicios que se les faciliten o que les cuesten trabajo. Además, se quiere que los estudiantes actúen de la forma más natural posible, haciendo que se sientan cómodos y se puedan comportar como lo hacen en su vida cotidiana. El estudiante, más que ser un objeto de medición estadística, aporta su propia experiencia, el conocimiento previo con el que cuenta y sus vivencias a la hora de hacer los ejercicios y demás actividades.

Referentes Conceptuales

La Guitarra

La Guitarra a lo largo de su historia ha tenido grandes maestros y compositores, entre los más destacados se encuentran Andrés Segovia, Francisco Tárrega, Leo Brouwer, Abel Carlevaro, Matteo Carcassi y Agustín Barrios Mangoré.

El instrumento es muy versátil en muchos sentidos: se puede usar para la interpretación de manera solista, pero también se puede utilizar para ser acompañante en cualquier género. Para Aguado (1843) “la guitarra es a propósito para la improvisación, o como suele decirse, para tocar de capricho” (p. 1), lo cual referencia que el instrumento se puede usar de diferentes maneras dependiendo del guitarrista.

En la guitarra, la técnica debe ser una herramienta y no un fin en sí mismo, la evolución del proceso guitarrístico se evidenciará gracias a un estudio conducido de una manera adecuada, lo que contempla la realización de pausas activas.

El propósito de la metodología señalada en esta investigación es trabajar de manera consciente la guitarra y la ergonomía, donde los estudiantes no sean repetidores de lo que se les enseña, sino que puedan conectar con el instrumento, para poder construir una técnica sana con el fin de encontrar una conciencia sobre cómo cuidar su cuerpo, al permitir que la guitarra se acomode a ellos y no lo contrario y con ello ayudar a prevenir cualquier tipo de molestia y dolor.

Además, se utilizarán varios recursos visuales, aprovechando al máximo las herramientas actuales como lo son las redes sociales y los videos. Esto ayudará a que los estudiantes cuenten con un apoyo extra a la hora de estudiar, ya que con los videos pueden estudiar a su ritmo, retroceder o hasta reproducir los ejercicios y canciones a diferentes velocidades.

Cuidado del músico

La actividad musical, aunque es reconfortante, si se realiza sin una preparación previa puede traer riesgos al músico: las lesiones por realizar movimientos repetitivos, la sobrecarga muscular, los dolores crónicos por mala postura y las lesiones a largo plazo son algunas de las consecuencias evidenciadas en la falta de preparación previa. En los últimos años se ha ido trabajando en nuevas formas de tratar estas lesiones, según Baza, Ruiz, Navarro, Ramos y Soto (2019) “a partir de enfoques como la musicoterapia, así como otros esfuerzos académicos en diferentes partes del mundo, han logrado abrir un campo de estudio que demuestra la pertinencia de estas temáticas” (p. 4).

La música está presente en la vida de todas las personas, con ella es posible experimentar la relajación, la alegría y el manejo del estrés. Además, funciona para unir a las personas y fortalecer las conexiones humanas. En palabras de Baza, Ruiz, Navarro, Ramos y Soto (2019) “la música actúa como lubricante de las relaciones sociales y en ocasiones, se constituye en método y recurso para los asuntos políticos, económicos, existenciales y afectivos”.

Por último, en consideración con el cuidado del guitarrista (comodidad y tranquilidad), se busca la implementación de una conciencia propioceptiva musical que haga uso del estiramiento, de los calentamientos y del cómo estudiar, con el fin de prevenir afecciones que podrían producirse por una ejecución inadecuada de la guitarra.

Marco Teórico

Introducción

Para la elaboración de este trabajo se tendrán en cuenta tres grandes temas: 1. La Guitarra, 2. Ergonomía y Cuidado del Guitarrista, y 3. Bases y Enfoque Pedagógico del Método *La Guitarra de Mauro*, que se desarrollarán a lo largo del Marco Teórico.

El primer subtema plantea la enseñanza de la guitarra, al resaltar la importancia del maestro en la formación de los estudiantes; luego se trabajará con cinco métodos de grandes maestros como Abel Carlevaro, Matteo Carcassi, Zénemij Nomar, Mark Phillips y Jon Chappell y Carlos Mario Vásquez. La selección de estos maestros se da a partir del desarrollo de diferentes metodologías en la enseñanza de la guitarra. Cada uno realizó aportes destacados al instrumento y aunque son de épocas distintas, se complementan en su forma de trabajar la guitarra.

A continuación, se abordará el cuidado del guitarrista, con aspectos como los estiramientos, los calentamientos y las enfermedades más comunes en los guitarristas, así como recomendaciones a la hora de tocar el instrumento. Además, se hablará de las Tics como herramienta de aprendizaje, debido a que es uno de los pilares de la propuesta didáctica del método, que contará con imágenes, partituras y videos tutoriales.

Por último, los temas a tratar son las bases y el enfoque pedagógico del método *La Guitarra de Mauro*, que contienen el enfoque educativo constructivista y la zona de desarrollo próximo de Lev Vygotsky. Se toma a la zona de desarrollo próximo, ya que esta trata de cómo se construye el conocimiento con los otros, en este caso entre el maestro y el estudiante.

La Guitarra

La Enseñanza de la Guitarra

El cómo se enseña el instrumento ha evolucionado a lo largo de los años, el repertorio se actualiza, las técnicas evolucionan y los tiempos cambian. Es importante destacar que cada persona tiene un ritmo de aprendizaje diferente que puede variar según la edad, el entorno que los rodea y diversos factores.

Es importante que los maestros sepan guiar y transmitir la información al estudiante de una forma clara, como lo comenta Pineda (2015): “Muchos de los profesores de instrumento tienen dificultades para transmitir su saber porque fueron entrenados para tocar (...) sin embargo (...) se ha demostrado la necesidad de indagar en metodologías de transmisión de conocimiento”. (pág. 2)

Aunque no es el caso de todos los maestros, a veces cuesta el poder conectar con el estudiante y poder transmitirle los conocimientos de una manera sencilla; lo anterior es importante ya que “un aprendizaje bien guiado, con metas y objetivos claros, logra en la gran mayoría de los casos resultados que muchas veces superan las expectativas de los propios estudiantes.” (Pineda, 2015, pág. 6)

De esta manera se llega a la conclusión de que los profesores son determinantes para la calidad del sistema educativo: “Su papel es central y todo lo que facilite su participación, motivación y preparación favorecerá, sin lugar a dudas, el mejor funcionamiento de la enseñanza.” (Lucato, 2001, p. 2)

Métodos para la Enseñanza de la Guitarra

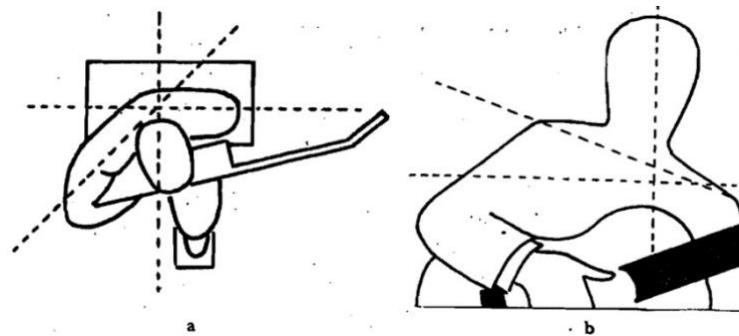
Existen grandes métodos con los que se puede comenzar el aprendizaje de la guitarra. Para esta investigación se tomarán inicialmente el libro *Escuela de la Guitarra* de Abel Carlevaro y *El Método Completo de Guitarra* de Matteo Carcassi (s.f.), ya que estos sirven como base a la hora de hablar del cuidado del guitarrista y los ejercicios para la independencia de las manos. A pesar de que estos métodos son antiguos, la información que contienen es de gran valor y cualquier guitarrista, sea clásico o no, lo debería tener en cuenta.

Aparte, se tomarán los métodos de *Guitarra para Dummies* de Mark Phillips y Jon Chappell, *La guitarra: iniciación* de Zénemij Nomar y *Entre cuerdas de guitarra cartilla 1* de Carlos Mario Vásquez Rojas; estas tres metodologías son más actuales y servirán para ver cómo se enseña el instrumento en los últimos años.

Se escogieron estos cinco métodos por aspectos como el público al que van dirigidos, las herramientas que emplean, las temáticas que tratan (Carlevaro, cuidado del guitarrista iniciante; Carcassi, ejercicios de independencia y arpegios; Phillips y Chappell, imágenes, diagrama de acordes y uso de audios; Nomar, ejercicios para una y dos cuerdas; y Vásquez, imágenes y canciones populares).

Aunque el fin de estas metodologías es el aprendizaje del instrumento, cada una se enfoca más en algunos temas, como por ejemplo el método de Carcassi (s.f.) que habla de las figuras musicales y de las armaduras, así como también da una visión más general de la música antes de comenzar a hablar de la técnica en el instrumento. Por su parte, Carlevaro (1979) se centra en la técnica y la postura. En *Guitarra para Dummies*, Phillips y Chappell (2010) tratan temas como la afinación del instrumento, diferentes posturas para tocar, la tablatura, la diferencia entre la guitarra acústica, clásica y eléctrica; utilizan diagramas de acordes, rasgueos y utilizan audios para reforzar el trabajo de los iniciantes en el instrumento. Trabajan con diferentes géneros como el rock, el blues y el jazz, así como la guitarra clásica y el folk.

Por otro lado, Zénemij Nomar (1999), aunque también habla de temas como la postura, la posición de las manos y la afinación, principalmente se enfoca en dos grandes secciones: en la primera parte trabaja ejercicios y piezas a una sola voz y en la segunda hace esto mismo, pero ya con dos voces simultáneamente. Carlos Mario Vásquez utiliza la música colombiana para hacer un trabajo progresivo, donde cada canción refuerza los temas vistos en los ejercicios antes realizados. Presenta temas como la postura en la guitarra, los golpes de la mano derecha, diferentes ritmos y las notas en las diferentes cuerdas.



En consecuencia, el instrumento, apoyado sobre la pierna izquierda, debe estar sesgado con respecto al cuerpo: el aro superior cercano al lado derecho del pecho y el mango alejándose hacia adelante (dibujo c).

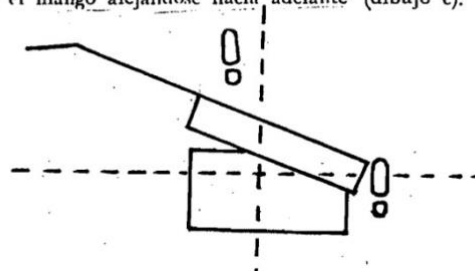


Imagen tomada del *Libro Escuela de la Guitarra exposición de la teoría instrumental* de Abel Carlevaro, p. 12.

Carlevaro (1979) buscó “dar una respuesta a los complejos problemas relacionados con la mecánica instrumental y la recreación musical” (p. 4), con el objetivo de que el proceso al iniciar la práctica instrumental sea menos “árida” y se pueda contar con unas bases de conceptos que sean sólidas. Phillips y Chappell (2010) agregan que “la postura adecuada le ahorrará no sólo tensiones excesivas y mucho cansancio, sino que puede ayudarle a desarrollar unos hábitos de concentración” (p.33), esto quiere decir que, con una buena postura se puede ayudar no sólo a la prevención de lesiones, sino también a tener una mejor experiencia en el aprendizaje del instrumento.

Todos los autores en sus metodologías utilizan la ayuda de imágenes como referencia, además de la implementación de ejercicios y canciones que sean trabajadas de acuerdo al nivel de las personas a las que van dirigidas. Como lo explica Nomar (1999) es bueno “contar con un repertorio fácil, de calidad y pedagógicamente adecuado” para tener la preparación necesaria a la hora de abordar obras sencillas de compositores como Sor, Carulli y Carlevaro, entre otros

Carlevaro fue uno de los pioneros a la hora de hablar de la postura y la ergonomía en el instrumento. En los capítulos 1 y 2 trata los temas de la colocación de la guitarra, con el abordaje de la posición del cuerpo y la estabilidad del instrumento, seguido, explica las funciones del brazo derecho y sus puntos de apoyo. Los métodos de Nomar, Vásquez, Phillips y Chappell adicionan la importancia de cómo coger el instrumento y cómo sentarse, con la adición de nuevas posturas al tocar, ejemplificado en sostener la guitarra de pie o con el uso de diferentes elementos de apoyo para la guitarra.

Para Nomar “Si existe un mínimo fallo en la forma de coger la guitarra, toda la interpretación se verá afectada” (p.7), ya que cambia la postura generando tensiones y dolores. Para evitar esto, Vásquez (2017) agrega que “Lo más importante con respecto a la postura del instrumento y del ejecutante es que éste último tenga buena visión sobre el diapason”, así no se generará un dolor lumbar y esto permitirá tocar con mayor comodidad. Carlevaro agrega:

(...) el problema básico que se le presenta al guitarrista que se inicia es el de la estabilidad del instrumento con respecto al cuerpo. Debe crearse una unidad entre este y la guitarra: unidad anatómica y estimulante, evitando toda postura forzada y facilitando a la vez cualquier movimiento al servicio de la mecánica instrumental (p. 6).

Carlevaro basa su libro en los principios anatómicos: él comenta que a partir de la búsqueda de la comodidad del instrumentista es posible evitar cualquier tipo de molestia, ya que un estudiante cómodo es alguien que podrá tener un proceso más agradable y placentero. Algo semejante ocurre con Carcassi, ya que el buscaba la comodidad del intérprete, comentando que “la guitarra está sostenida en cuatro puntos” (p. 8) para tener más firmeza a la hora de tocar: los muslos, el pecho y el antebrazo de la mano derecha.

Carlevaro no sólo hace énfasis en el estudio técnico, sino que también destaca la importancia de la musicalidad. Carcassi suma el cuidado que se debe tener de las uñas de la mano derecha para que “el sonido pueda salir lo más claro posible” (p. 9). De igual modo Nomar agrega que “en las etapas iniciales, no es necesario que las uñas se hayan dejado crecer, pero lo puede ser más adelante” (p. 9), lo cual depende del nivel musical que vaya tomando el estudiante.

Phillips y Chappell abordan la posición de la mano derecha, de forma que “la muñeca esté firme, pero no rígida”. Además, mencionan que es conveniente que la muñeca esté un poco arqueada, para que los dedos estén más verticales sobre las cuerdas.

En los capítulos 7 y 8, Carlevaro aborda la técnica en la mano izquierda: aquí habla de la colocación de la mano en el diapasón, de la acción y los descansos de los dedos, o también de los traslados. Para él “la ubicación correcta de cada dedo debe ser consecuencia de la actitud de la mano y esta, a su vez, debe tener su punto de partida en la acción del brazo” (p. 69), es decir, los dedos no trabajan aisladamente. A lo anterior Phillips y Chappell agregan lo necesario que son “los dedos (...) perpendicularmente situados respecto a las cuerdas y a la misma distancia del mástil” para economizar movimientos, porque los dedos se encuentran debidamente preparados.

Para Vásquez, las escalas son “el abecedario en la música” (p. 50), ya que es a partir de estas que se escriben las melodías y se construye la tonalidad. A su vez Carlevaro habla sobre cómo estudiar las escalas dentro de la mecánica instrumental, haciéndolo por medio de traslados o cambios de posición.

Los métodos de Carcassi, Nomar, Vásquez y Phillips & Chappell presentan una gran variedad de ejercicios con sus respectivas explicaciones además de que, exceptuando a Carcassi, utilizan no sólo ejercicios sino también diagramas de acordes y canciones de varios géneros, permitiendo que los estudiantes se sientan más cercanos al instrumento. Como lo menciona Nomar, el estudiante “a través de la letra y de lo conocido, comprende mejor la frase musical y camina por modos y ritmos autóctonos que le son familiares.” (p. 5)

ARPEGGIOS WITH THE THUMB AND TWO FINGERS

ARPEGGIOS CON EL PULGAR Y DOS DEDOS

Repeat each exercise four times in succession before playing concluding chord.

Repitan cada ejercicio cuatro veces seguidas antes de tocar el acorde final.

1.

2.

Imagen tomada del libro El método completo de Guitarra de Matteo Carcassi p.15

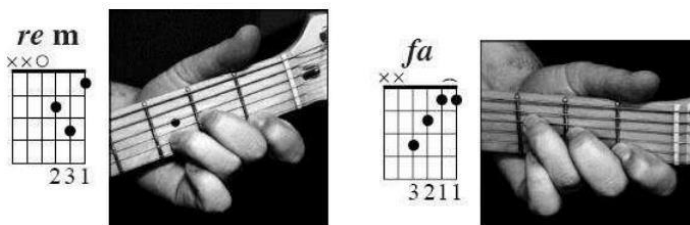


Imagen tomada de *Guitarra para Dummies* de Mark Phillips y Jon Chappell p. 55

Cada autor presentado anteriormente, hace sus aportes a la construcción del método que se desarrollará en la presente investigación. Estos trabajos ayudan a orientar la construcción del cómo se trabajan los diferentes aspectos de la enseñanza del instrumento.

Los ejercicios de independencia de las manos y de arpeggios se trabajarán con base en lo visto de la metodología de Carcassi, ya que estos tienen una escritura sencilla y van de manera progresiva.

Para la postura se abordará con base en Carlevaro, ya que él ahonda este tema de manera clara, enseñando a cómo sostener el instrumento, cómo deben ir las manos y cómo tener una conciencia ergonómica.

La forma en que se enseñan los acordes, las canciones y el repertorio, se tomarán de Nomar, Vásquez, Phillips y Chappell, ya que ellos usan imágenes de los acordes y trabajan canciones sencillas, que se abordan de manera progresiva.

Además, estos métodos también enriquecen el presente trabajo porque ofrecen diferentes herramientas audiovisuales (imágenes y audios) y cómo utilizarlas: esto es particularmente importante para la presente investigación, porque una de las herramientas que se proponen en este trabajo es la utilización de videos como elemento integral en el proceso de enseñanza-aprendizaje. En general, los materiales audiovisuales ayudan a los y las estudiantes, sobre todo al momento de estudiar y repasar de manera autónoma.

Ergonomía y Cuidado del Guitarrista

Ventajas de manejar conceptos de Ergonomía y Buena Postura

Antes de iniciar con las ventajas de manejar conceptos de ergonomía y buena postura, se aporta la definición de ergonomía: Farías (2010) explica que la “ergonomía es un término compuesto por dos partículas griegas: *ergos* (actividad) y *nomos* (normas o leyes naturales). Se utiliza para designar la disciplina científica que se ocupa de adaptar el trabajo a las características, necesidades y limitaciones humanas, con el fin de optimizar el bienestar y el rendimiento”. (p. 6)

Manejar conceptos de ergonomía y buena postura ayuda a prevenir lesiones, permitiendo tener en el instrumento un proceso libre de tensiones y molestias. Además, es importante adaptar la técnica a cada persona, como lo menciona Farías (2010) “cualquier técnica deja de ser ergonómica cuando se aplica a una persona que no se ajusta al perfil antropométrico para el que fue creada” (p. 6) y es que a un niño, por lo general, le costará hacer los ejercicios creados para adultos, ya que sus manos son pequeñas. Por eso es importante contar con un amplio repertorio para que el estudiante, independientemente de su edad, pueda practicar con ejercicios y canciones que estén a su alcance.

La ergonomía, acompañada de una buena postura, permite que el guitarrista “pueda estar tocando (...) mucho más tiempo y con mejor calidad de movimientos” (Rico, 2003, p. 78), permitiéndole con esto tener sesiones de estudio cómodas ya que estará mejorando su fuerza, flexibilidad y resistencia, ayudándole a prevenir lesiones y molestias.

Una buena postura no sólo ayudará a mejorar las habilidades en el instrumento, sino que también traerá beneficios en la vida diaria. Una mejor forma de sentarse aliviará los dolores por mala postura y permitirá tener una mayor confianza en sí mismo.

Manejar conceptos de ergonomía y buena postura ayuda a que el estudiante esté preparado para la práctica instrumental ayudando a que, según Llobet y Molas (2005), “le protejan de la posibilidad de lesionarse y contribuyan a restituir el organismo después del

esfuerzo.” (p. 12) Con ayuda de unos ejercicios ergonómicos, el iniciante en el instrumento puede ayudarse a compensar la sobrecarga muscular.

Factores de Riesgo

Así como hay ventajas de manejar conceptos de ergonomía y buena postura en la guitarra, también existen unos factores de riesgo al momento de tocar el instrumento. A continuación, se abordarán los riesgos más comunes de la práctica guitarrística.

Inicialmente se observa que la ejecución de la guitarra, como cualquier otra actividad física, trae un riesgo alto de que el ejecutante se pueda lesionar, sufrir molestias, tensiones y dolores. Farías (2010) habla de que “la mayoría de las lesiones que el músico presenta se agrupan (...) por traumas acumulativos” (p. 18).

A esto, habría que sumar el hecho de que es un instrumento poco ergonómico, ya que la postura de la guitarra clásica no es cómoda: es una posición antinatural porque, al tener la mano izquierda levantada por mucho tiempo, genera una tensión en la espalda y el brazo.

Para algunos guitarristas, otro factor de riesgo podría ser el uso del banquito o posapié, porque si bien este favorece el poder tener la guitarra en un mejor ángulo para su ejecución, puede asimismo generar incomodidades para el intérprete por el hecho de tener un pie levantado del suelo. Es por ello que hoy en día existen otras opciones que pueden resultar más cómodas como por ejemplo el Ergoplay que se fija a la guitarra, permitiendo tener los dos pies en el suelo. Esto lleva a pensar que cada guitarrista, independientemente del nivel en que se encuentre, debe aprender a conocer su cuerpo, sus posibilidades y necesidades ya que, lo que puede funcionar para unos podría no resultar igual para otros.

Además, muchas veces el tocar la guitarra no se ve como una actividad que demande mucho esfuerzo físico pero como en cualquier actividad, los iniciantes en el instrumento tienen el riesgo de sufrir enfermedades asociadas al uso de la guitarra. Si no se tratan a tiempo, estas enfermedades terminan con cualquier proceso musical y dejan secuelas de por vida. Según Pinzón (2015), los guitarristas carecen de “entrenamiento

físico que apoye los niveles de destreza requeridos, situación que los hace vulnerables para el desarrollo de alteraciones músculo esqueléticas.” (pág. 32)

Pero por otra parte el instrumento ha estado evolucionando: Funks y Paredes (2006) hablan de que ahora “las obras son más complejas, el repertorio es más extenso, las velocidades más altas” (p. 1) lo que hace que, si no se cuenta con una buena rutina de estiramiento y calentamiento y un conocimiento de cómo realizar pausas activas, se puedan presentar problemas físicos.

Enfermedades más Comunes en los Guitarristas

Como se mencionó anteriormente, existen unos factores de riesgo al momento de tocar el instrumento que, si no se corrigen a tiempo con ayuda de ejercicios ergonómicos y trabajo postural, traerán consecuencias como enfermedades y molestias. A continuación se verán algunas enfermedades asociadas a la ejecución de la guitarra.

Los diagnósticos fueron muy variados, donde la patología con mayor incidencia es la del dolor lumbar en la parte derecha e izquierda con un 27% de los casos [...] seguido del dolor en la muñeca izquierda con el 24% y mano derecha con el 22%. (Farías, 2010, pág. 9)

Como muestra la estadística anterior, la mayoría de enfermedades se asocian con una mala postura y con el sobreesfuerzo a la hora de estudiar. También la repetición excesiva sin descansos genera tensiones que, si avanzan, pueden llegar a generar enfermedades más graves. Las zonas más afectadas son la espalda, los brazos, las manos y el cuello. Esto tiene mucho sentido por el cómo se apoya la guitarra, por lo que es importante seguir los consejos que se incluirán más adelante.

Las enfermedades más comunes en los guitarristas y sus síntomas son los siguientes:

“Tendinitis: Es la inflamación del tendón, esta se puede dar por realizar movimientos repetitivos. Los síntomas más comunes son, inflamación, dolor, rigidez.

Sobrecarga muscular: Sucede cuando el músculo se esfuerza demasiado, esto puede generar dolor, inflamación, debilidad. Para contrarrestar esto se puede descansar y aplicar hielo en la zona.

Túnel Carpiano: Sucede cuando el nervio que va desde el antebrazo hasta la mano se pellizca, algunos síntomas son dolor, hormigueo. Para evitar esta enfermedad es bueno descansar la mano afectada y realizar terapia.”

Tomado de: (Guzmán, 2015), Biobiochile.com

“Distonía focal: La distonía focal de la mano en los músicos es un trastorno del movimiento relacionado con una tarea específica, que se caracteriza por una pérdida involuntaria del control y la coordinación de los movimientos de los dedos al tocar un instrumento.”

Tomado de: (R. Chiaramonte, 2021), Neurologia.com

Las Tics como Herramienta de Aprendizaje

Las Tics son una innovación educativa que permite a los docentes y alumnos cambios determinantes en el quehacer diario del aula y en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los mismos. Estas tecnologías permiten entrar a un mundo nuevo lleno de información de fácil acceso para los docentes y alumnos. Gómez y Macedo (2010) dicen que “desde el 2010 se veía la importancia del uso de estas herramientas, ahora son más necesarias que nunca, permiten a personas de cualquier parte del mundo aprender sobre lo que necesitan”.

El uso de las Tecnologías de la información y las comunicaciones (Tics) ha aumentado en los últimos años, esto sobre todo por el confinamiento que se tuvo en el año 2020 por el Coronavirus. Esto cambió en gran manera la forma en que se veía la educación virtual e impulsó el uso de las diferentes plataformas para la transmisión de la información. Los colegios, academias y universidades, tuvieron que cambiar toda la forma en como impartían las clases.

Estas herramientas permiten que los estudiantes tengan fácil acceso a la información, ayudando a lograr un aprendizaje más autónomo y el poder ir a su propio

ritmo. Estas herramientas también permiten a los maestros crear un material que esté acorde al nivel de los estudiantes, ayudando así a prevenir tensiones o sobreesfuerzos en el caso de la guitarra.

Con la globalización han aparecido cientos de necesidades, donde los estados apuestan por estar incluidos en estos procesos, generando nuevas formas en que las personas puedan relacionarse y aprender, “esto ha cambiado las relaciones sociales, políticas y económicas, lo que no permite un desarrollo cultural propio, sino que están marcando nuevas tendencias digitales” dicen (Escobar & Mira, 2019, p. 6).

Después de la pandemia, en 2022, las personas se dieron cuenta de la importancia de las Tics, ya que son muy útiles y necesarias en todos los campos. En la educación estas ayudan a reforzar el aprendizaje de un tema, también permiten que se pueda realizar el aprendizaje desde cualquier parte del mundo. Ayuda a que el estudiante pueda hacer sus lecciones en cualquier momento y permite la búsqueda de información de una manera más sencilla.

Algunas instituciones ya contaban con plataformas digitales y sistemas de trabajo a distancia que facilitaron el paso de las clases presenciales a las virtuales, ayudando a que las clases virtuales funcionaran, aunque no fue suficiente. Por esto, muchos centros de aprendizaje debieron invertir para actualizar sus plataformas, ayudando a la conexión entre la institución y el estudiante.

Dándoles un uso correcto, estas herramientas pueden ayudar a facilitar el acceso al conocimiento, ya que propicia la conexión entre las personas. En el caso de la enseñanza ergonómica de la guitarra, permite que los estudiantes puedan pausar los videos y ejercicios, así como también les ayuda a recordar, previniendo así el uso de posiciones que generen tensiones innecesarias y sobreesfuerzos.

El uso de las Tics no sólo ayuda a que el estudiante tenga una amplia gama de herramientas para que pueda realizar sus rutinas de estudio, sino que también ayuda a establecer una relación más cercana entre maestro y estudiante. De acuerdo a lo que dicen González, Rodríguez y Hernández (2007) “no es que las TIC suplanten la función del

profesor, se trata de que estas tecnologías sirvan como mediadoras en la relación entre educadores y educandos.” (p. 6)

Recomendaciones para el cuidado del guitarrista

Es importante el cuidado el cuerpo, ya que mantenerse en buenas condiciones permite desempeñarse de la mejor manera, por lo que es importante realizar ejercicios de preparación para la práctica instrumental.

Es importante hacer el calentamiento por cinco minutos como mínimo, activando todos los músculos del cuerpo antes de iniciar la práctica; asimismo debe realizarse el estiramiento al finalizar la práctica, intentando no hacer movimientos repetitivos sino dejando las manos en una sola posición, estirando para relajar los músculos ya que, como cuentan Llobet y Molas (2005), los ejercicios flexibilizantes pueden ayudar a combatir la mayoría de lesiones ya que son “ejercicios de fácil comprensión y seguimiento” (p.19).

Farías (2010) recomienda hacer “pequeños descansos” (p. 23) para evitar la fatiga de los músculos; en estas pausas se pueden realizar también pequeños ejercicios para ayudar al cuerpo a relajarse.

Se debe tener una conciencia corporal antes, durante y después de tocar la guitarra, para poder detectar a tiempo cualquier dolor o molestia. No es normal presentar algún dolor o sentirse incómodo, por lo que es importante saber cuánto tiempo de estudio se debe realizar, cuándo parar y cuándo volver a tomar el instrumento.

Otra recomendación importante es mantener una buena postura en la que el intérprete se sienta cómodo. Para Carlevaro (1979), “la guitarra debe estar en un estado neutro, donde se tengan 4 puntos de apoyo” (p. 7), lo que ayuda a permanecer estable, permitiendo que el estudiante se pueda mover libremente, sin el temor a que se le caiga el instrumento. Carlevaro recomienda que la guitarra “permanezca inmóvil” (p. 10), porque esto le da al intérprete la posibilidad de moverse.

También se recomienda que cada persona explore las posturas que más se ajusten a su cuerpo. Este trabajo autónomo ayuda a que cada persona se conozca, de manera que se puedan “complementar los ejercicios con un apoyo teórico sobre cómo funciona el

cuerpo y sus implicaciones en el trabajo del músico”, de acuerdo con la recomendación hecha por Pinzón (2015, p. 28).

Bases y Enfoque Pedagógico del Método *La Guitarra de Mauro*

Enfoque Educativo Constructivista

Existen dos grandes enfoques educativos, el conductismo y el constructivismo. El conductismo, que se inició en 1910, propone que el estudiante asume el rol como participante pasivo y el maestro del emisor activo; sin embargo, en el constructivismo el docente brinda las herramientas necesarias para que el estudiante sea el dueño de su propio proceso formativo. Araya, Valeria; Alfaro, Manuela; Andonegui, Martín (2007) mencionan que en el constructivismo “el conocimiento se logra a través de la actuación sobre la realidad, experimentando con situaciones y objetos y, al mismo tiempo, transformándolos”. (p. 77)

La presente investigación es de carácter constructivista, ya que se centra en que cada estudiante construya su propio conocimiento partiendo de sus experiencias previas, centrándose en sus necesidades y ritmo de aprendizaje. Para ello, se hace necesario realizar un diagnóstico inicial, donde se evidencie el acercamiento o falta de este en el instrumento, que posteriormente se abordará por medio del acompañamiento del maestro, posibilitando espacios seguros de aprendizaje (expresión libre de dudas y/o dificultades), trabajando el cuidado corporal del estudiante y tomando como herramientas ejercicios adecuados según su nivel musical (con un proceso de aprendizaje progresivo).

No se busca ver al alumno como un mero reproductor de los saberes del maestro, sino como el guía de su propio aprendizaje, ello visibilizado a partir de la autonomía al momento de seleccionar el repertorio y ejercicios a trabajar en las clases desarrolladas en el método *La Guitarra de Mauro*.

Además, el presente trabajo pretende que el estudiante sea creativo, por ejemplo, haciendo ejercicios de improvisación a partir de la utilización de acordes, ritmos y notas que aprenderán en el diapasón. Para Bermúdez (citado por Viñoles, 2013) “el estudiante es dinámico, cuestionador y responsable, ya que es el agente principal que actúa en la

búsqueda del conocimiento” (p. 17). También se debe tener en cuenta que tanto el docente como el estudiante, deben tener una gran capacidad de aceptación y respeto por la opinión del otro. El docente debe estar dispuesto a observar y escuchar, lo que juega un papel fundamental para el desarrollo del conocimiento.

El maestro en el constructivismo tiene una función muy importante, ya que es quien promueve la autonomía y el desarrollo del estudiante, debe conocer sus características, su forma de actuar, sus gustos y sus problemas, así como las etapas del desarrollo cognitivo. Ocaña (2013) menciona que “Su papel fundamental consiste en promover una atmósfera de reciprocidad, de respeto y autoconfianza para el niño, dando oportunidad para el aprendizaje auto estructurante de los estudiantes” (p. 12).

Por su lado Bermúdez (citado por Viñoles, 2013) señala que en el conductismo “el estudiante es solo un buen receptor de contenido, donde solo aprende lo que se enseña” (p. 15). Aquella visión se encuentra muy alejada de lo que se pretende en la presente investigación, ya que la diferencia propuesta en el método *La Guitarra de Mauro*, consiste en que el estudiante no será sólo un buen receptor de contenido, sino que también participará en la construcción de su aprendizaje del conocimiento adquirido (elección autónoma de ejercicios, postura y canciones propuestas por el maestro acompañante).

Con la sociedad actual es importante que cada estudiante sea dueño de su propio proceso de aprendizaje y que el maestro sea un facilitador para que el estudiante pueda llegar al conocimiento. Ocaña (2013) dice que “según los conductistas, para que los estudiantes aprendan basta con presentar la información” (p.11). Para la metodología que se propone en este trabajo no es pertinente, ya que el estudiante se volvería un repetidor de lo enseñado por el maestro, cuando es necesario que el estudiante sea capaz de ver más allá.

Básicamente se puede decir que la idea que mantiene al estudiante en los aspectos afectivos como en los sociales no es sólo un producto del ambiente, sino que es también una construcción que se va produciendo día a día. Entonces, según la postura constructivista, el conocimiento no es algo estático sino una construcción permanente del ser humano.

Modelo Pedagógico: Zona de Desarrollo Próximo de Lev Vygotsky

Nacido en 1896 en Orsha (Bielorrusia), Lev Vygotsky es uno de los principales autores que hablan acerca de la educación y la psicología del desarrollo. Sus principales teorías se centran en el desarrollo en la infancia y el estudio de las interacciones entre los humanos. También es un gran referente en la psicología pedagógica occidental.



Imagen tomada de: (8.2, 2020)

Para Vygotsky los nuevos aprendizajes se deben en gran parte a la interacción con las demás personas, esencialmente con las más conocedoras. En la Zona de Desarrollo Próximo (en adelante ZDP) se habla del conocimiento actual que posee el estudiante y el conocimiento que puede llegar a obtener con la ayuda de un maestro. En palabras de López, Matos y García (2011) “este concepto nos señala, que lo que el estudiante puede hacer hoy con la ayuda de otro estudiante o profesor, mañana podrá hacerlo por sí solo.” (p.3) Cuando se habla de ZDP de un estudiante, no se menciona lo que él no tiene aún, sino de cómo con una guía va formando su desarrollo.

La presente investigación toma sus bases de la ZDP, ya que se busca fomentar el desarrollo integral de cada estudiante y se trabaja a partir de la idea de que no sólo sea un repetidor de notas y de acordes, sino que tenga la conciencia del cuidado personal

(conciencia propioceptiva) y de saber qué está haciendo en el instrumento. Como lo mencionan López, Matos y García (2011), “un individuo puede saber resolver de manera correcta múltiples tareas, pero si (...) no es capaz de construir un estilo de vida desarrollado, su desarrollo como personalidad está hipotecado.” (p. 4)

En este trabajo se toma al estudiante como centro del aprendizaje: cada individuo tiene una ZDP distinta debido a sus experiencias, vivencias y experiencias previas. Lucci (2006) cuenta que “para Vygotsky el individuo está determinado por las interacciones sociales, es decir, por medio de la relación con el otro individuo” (p. 5), haciendo referencia a que las conductas humanas nacen de la relación con los demás y no vienen de la naturaleza del hombre como tal.

Como se mencionó anteriormente y de la misma manera que se orienta la teoría de la ZDP, esta investigación es de enfoque cualitativo, buscando que los estudiantes tengan un papel principal en la construcción de su proceso educativo; como habla Ruso (2001) “tal vez por esta razón Vygotsky enfatiza la vivencia consciente del sujeto como un momento privilegiado del dominio independiente.” (p. 3)

Se busca que el conocimiento e información previos con los que cuenta el estudiante, sirvan como base para poder entender el instrumento y todo lo relacionado a la música como el ritmo, las notas, los acordes, las figuras musicales y también la construcción de una técnica sana. Ruso (2001) dice que “un sistema simbólico requiere la existencia o al menos la posibilidad de utilizar sistemas previos más primitivos que sirven de base o complemento al dominio del sistema en formación.” (p. 3).



Imagen tomada de (Lev Vigotsky [@LVigotsky], 2016)

Se busca que el aprendizaje fuera de manera progresiva, yendo de menos a más, para que el estudiante avance poco a poco mientras va construyendo nuevas habilidades; según López, Matos y García (2011) “para ampliar la ZDP las tareas deben ser cada vez más complejas –aunque no en exceso, para potenciar el desarrollo de las funciones psicológicas que están madurando.” (p. 4)

El método propuesto en el presente trabajo, pretende desarrollar las habilidades musicales del individuo y buscar la formación de una persona capaz, que logre encontrar soluciones a las dificultades presentadas durante su proceso de aprendizaje guitarrístico, al utilizar las herramientas que harán parte de su saber. Como mencionan Álvarez y Del Río (1990), “la educación deja de ser (...) un mero campo de aplicación y se constituye en un hecho consustancial al propio desarrollo humano” (p. 94).

Por tal motivo se toma como base la Zona de Desarrollo Próximo de Vygotski, porque la presente investigación pretende que, con el conocimiento previo que tienen los estudiantes, más la guía del maestro, se pueda aprender a tocar el instrumento mientras se va construyendo una técnica y adquiriendo hábitos sanos, con la finalidad de que los estudiantes obtengan bases sólidas y una apropiación del instrumento al término de su proceso con el maestro.

La ZDP se utilizará en los talleres para poder poner en práctica el método *La Guitarra de Mauro*: aquí el maestro será una guía para el estudiante quien, haciendo uso

de sus habilidades y conocimientos previos, trabajará ejercicios que estén adecuados a su nivel, lo cual permitirá que logre tener procesos personalizados y progresivos. La ZDP estará presente en la metodología, justamente porque el estudiante llega sin saber cómo tocar el instrumento y, con la ayuda de alguien más conocedor (en este caso el maestro), formará una bases y técnica sanas, para poder tocar la guitarra sin ayuda de una guía al final de su proceso.

Metodología

Tipo de Investigación

Como se mencionó anteriormente esta investigación es cualitativa, ya que se centra en el estudiante, su entorno, los conocimientos, su contexto y las experiencias previas que estos traen. Según Herrera (2018), se “apela a una observación próxima y detallada del sujeto en su propio contexto” (p. 6), para poder aproximarse a captar significados a partir de los sujetos.

Adicionalmente la investigación aplicada habla de cómo se utilizan los conocimientos que ya se tienen mientras se construyen nuevos aprendizajes y esto según Vargas (2009) “da como resultado una forma rigurosa, organizada y sistémica de conocer la realidad” (p. 6). Este tipo de investigación ayuda a crear innovaciones en forma de nuevos productos, en este caso un método para la iniciación ergonómica de la guitarra.

Con esta información y con los objetivos que se han planteado anteriormente, se determinó que esta investigación es cualitativa aplicada con una finalidad pedagógica, debido a que el propósito de este proyecto es crear un método para una iniciación ergonómica en la guitarra, basado en los conocimientos y experiencias previas de los estudiantes, que a su vez genere una técnica sana en el instrumento y con esto poder ayudar a resolver según Ñaupas (2013) “problemas sociales y de salud” (p. 136), ayudando a que no sólo se aprenda el instrumento y las técnicas relacionadas, sino que también se cree una conciencia corporal, ayudando a la prevención de lesiones y dolores físicos.

Diseño Metodológico

Se trabajará a partir de tres tipos de actividades de recolección de información. La primera consistirá en la realización de talleres a estudiantes iniciantes en el instrumento, luego se les aplicará una encuesta cualitativa para que puedan dar a conocer sus experiencias y opiniones acerca de las clases y del material audiovisual y, por último, seis maestros aplicarán el método: tres maestros en academias o fundaciones y los otros tres en clases particulares. Para conocer sus impresiones y apreciaciones, se les realizará una entrevista estructurada.

Se llevarán a cabo veinte sesiones de taller, abordando las siguientes temáticas:

Conocimiento del instrumento

Posturas y soportes para la guitarra

Ejercicios de calentamiento y estiramiento

Primer acercamiento a la partitura

Ejercicios y canciones sobre las diferentes cuerdas

Acordes y canciones para aplicar los ejercicios y canciones

Arpeggios de diferentes grados de dificultad progresiva

Canciones para la guitarra solista de distintos niveles de dificultad

Cada taller tendrá una duración de una hora, donde se iniciará con ejercicios de calentamiento y estiramiento, luego se trabajará el tema correspondiente a cada taller y se finalizará con un ejercicio de estiramiento. Los talleres contarán con videos de los ejercicios y canciones vistos en clase, lo que les servirá como material de apoyo para su estudio autónomo.

Al finalizar el proceso se aplicará a los estudiantes una encuesta cualitativa. Se escogió la encuesta cualitativa ya que “es útil para generar opiniones, sugerencias y otro tipo de respuestas que no son fáciles de clasificar, esto por medio de una conversación”. (Ortega, 2022). La encuesta cualitativa constará de once preguntas clasificadas en tres categorías: la primera tiene que ver con la claridad del contenido del método, la segunda aborda la innovación a través del uso de herramientas pedagógicas y, por último, las opiniones acerca de la ergonomía y los hábitos sanos en la implementación del método por parte de la población objeto de estudio.

A continuación, se presenta el diseño de la encuesta a implementar:

<p>Preguntas sobre la claridad del contenido del método</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Califique de 1 a 5 su experiencia en las clases de Guitarra, donde 1 es malo y 5 es excelente. 2. Cuente sus impresiones generales acerca de las clases proporcionadas: ¿Qué aspectos le han gustado más y qué aspectos cree que se podrían mejorar? 3. ¿Experimentó algún cambio en su vida en términos de bienestar personal al tomar las clases de guitarra? Si su respuesta es afirmativa, explique cuál fue ese cambio. 4. En general, ¿cómo describiría su experiencia utilizando el método <i>La Guitarra de Mauro</i>?
<p>Preguntas sobre la innovación de herramientas pedagógicas</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. ¿Qué opinión tiene sobre los videos incluidos en el método <i>La Guitarra de Mauro</i> para el estudio y la práctica de la guitarra? 6. ¿Ha encontrado útiles los videos para comprender y ejecutar las lecciones? ¿Por qué o por qué no? 7. ¿Qué sugerencias tendría para mejorar la calidad o utilidad de los videos en el futuro?
<p>Preguntas sobre la ergonomía y los hábitos sanos</p> <ol style="list-style-type: none"> 8. ¿Tuvo problemas físicos como dolores, tensiones o molestias al momento de tocar la guitarra? Si fue así, ¿cómo ha manejado estos problemas? 9. ¿Cómo describiría la utilidad de los calentamientos y estiramientos enseñados dentro del método para prepararse para la práctica de la guitarra? 10. ¿Ha encontrado útiles las pautas dadas en el método para estructurar su práctica? ¿Ha notado una mejora en su progreso guitarrístico como resultado de seguir estas recomendaciones? 11. ¿Recomendaría este método a otros estudiantes interesados a aprender a tocar el instrumento? ¿Por qué o por qué no?

Tabla 1: Preguntas encuesta cualitativa estudiantes

A los docentes se les realizará una entrevista estructurada. Este tipo de entrevista se basa en que con preguntas abiertas y con un guion definido, el entrevistado pueda dar una respuesta con toda la libertad. Tejero (2021) explica que en estas “hay un guion y orden preciso de preguntas abiertas” (p. 67), brindando a la persona entrevistada la posibilidad de expresar sus opiniones de manera espontánea, lo cual es muy importante para este proceso. Tejero también menciona que “el simple hecho de plantear siempre las mismas preguntas y en el mismo orden supone una gran rigidez en la dinámica de la entrevista” (p. 67), haciendo que el entrevistado tenga que seguir un camino y no salirse del tema que ha sido establecido en la entrevista.

Los docentes se escogen de acuerdo a su experiencia como maestro y como músico, así como también por su lugar de trabajo y el rango de edad de los estudiantes a los cuales le dan sus clases, pero que en todo caso fueran iniciantes en el instrumento.

Las preguntas que se les hará a los docentes son las siguientes:

1. ¿Qué opina usted acerca de los contenidos del método?
2. ¿Considera apropiada la explicación de las posturas presentadas para tocar el instrumento? ¿por qué?
3. Teniendo en cuenta su experiencia como profesor de guitarra, ¿considera que el método “La guitarra de Mauro” le brindó nuevas herramientas para la enseñanza del instrumento? ¿Cuáles y por qué?
4. ¿En qué rango de edades aplicó el método “La guitarra de Mauro”?
5. ¿Considera que la efectividad del método, varía según la edad de la población? ¿por qué?
6. ¿Ha notado cambios en la postura de los estudiantes después de aplicar el método?
7. ¿Cómo califica la eficacia de los videos en términos de ayudar a los estudiantes a comprender y aplicar los temas enseñados en el método?
8. ¿El método La Guitarra de mauro se diferencia en alguna forma de otras metodologías? ¿Por qué?

Tabla 2: Preguntas entrevista maestros

Desarrollo de la Metodología

Se realizaron veinte sesiones de taller a siete estudiantes de distintas edades. A continuación, se presentarán los estudiantes y sus edades:

- Axel Nikolay Angarita, 10 años
- Kenji Jurado, 17 años
- Camila Zambrano, 22 años
- Valeria Osorio, 25 años
- Adriana Hernández, 28 años
- Mauricio de la Torre, 35 años
- Nelly Rojas, 49 años
- Yineth Arias, 55 años

Los resultados de los talleres se organizaron en tres momentos, estos momentos fueron:

- Inicio: Talleres 1.1, 1.2, 2.1, 2.2, 3.1, 3.2, 4.1 y 4.2
- Mitad: Talleres 5.1, 5.2, 6.1, 6.2 7.1 y 7.2
- Final: Talleres 8.1, 8.2, 9.1, 9.2, 10.1 Y 10.2

Los resultados de los talleres fueron los siguientes:

Etapa Inicial				
Observaciones de los talleres 1.1, 1.2, 2.1, 2.2, 3.1, 3.2, 4.1 y 4.2				
Total de participantes: 8				
Aspecto cognitivo	Aspecto musical	Aspecto físico	Aspecto emocional	Reflexión del docente
<p>La mayoría de los estudiantes estaban muy atentos, al pasar las clases poco a poco se aprendían las partes del instrumento y los ejercicios de calentamiento y estiramiento.</p> <p>A algunos estudiantes les costaba el recordar las melodías, canciones y ejercicios, fue gracias a los videos que pudieron practicarlas cuando se les olvidaba.</p>	<p>Los estudiantes fueron aprendiendo ejercicios y melodías sencillas, con el pasar de las clases estas les salían más fluidas.</p> <p>El cambio de acordes a la mayoría se les dificultó, pero con el pasar de los talleres iban soltando las manos y podían empezar a cantar mientras tocaban.</p>	<p>Algunos estudiantes llegaron con dolores físicos, sobre todo los que pasaban de los veinticuatro años, al inicio se les olvidaba hacer un calentamiento previo y estirar al final, al pasar las clases iban adoptando estos ejercicios y les sirvió para mejorar en el tema de los dolores, después del taller 3.1 se evidenció una reducción significativa en los dolores de los estudiantes.</p> <p>La postura y el cómo estudiar se fue construyendo con cada estudiante, la mitad optó por la posición de la guitarra en la pierna derecha y la otra mitad escogió la posición de la guitarra clásica. Al inicio se observaban pequeñas tensiones al no estar familiarizado con las posturas, sólo después del taller tres se fue soltando el cuerpo y empezaron a relajarse.</p>	<p>Al inicio la mayoría de los estudiantes eran muy tímidos y penosos, pero con el pasar de las clases y al tener más habilidad con el instrumento se fueron soltando y se les notaba más confiados y alegres, mostrándole su progreso a sus familiares y mejorando su estado de ánimo. Después del taller 2.2 se les notaba más tranquilos, menos nerviosos y hablaban más.</p>	<p>Cada estudiante era un mundo diferente, con el pasar de los talleres se evidenció un gran cambio en su postura y apropiación del instrumento, logrando tocar y cantar canciones básicas, hacer ejercicios, arpegios y melodías fluidas. También se evidenció un cambio en su actitud y confianza.</p> <p>El saber cómo estudiar les ayudó a evitar tensiones y molestias.</p>

Tabla 3: Talleres etapa inicial

Etapa media				
Observaciones Talleres 5.1, 5.2, 6.1, 6.2 7.1 y 7.2				
Total de participantes: 8				
Aspecto cognitivo	Aspecto musical	Aspecto físico	Aspecto emocional	Reflexión del docente
Al finalizar estos talleres la memoria y concentración de los estudiantes mejoró significativamente, pudiendo recordar canciones más complejas. Las habilidades motoras mejoraron, haciendo que pudieran aumentar su velocidad en los cambios y tocar melodías de manera más fluida.	Se trabajó la cejilla, en esta los estudiantes tuvieron un poco de dificultad, al finalizar el taller 6.1 ellos ya podían hacerla sin tantas dificultades, logrando así ampliar el número de canciones que podían tocar. Aparte se trabajaron arpegios un poco más complejos y con base en esto en el taller 6.2 ellos empezaron a trabajar canciones para guitarra solista, a algunos se les complicó, pero al finalizar esta parte de los talleres ya podían interpretar canciones sencillas de manera fluida.	Con cada taller se notaba una mayor tranquilidad al tocar, más relajados y con menos molestias. Al finalizar esta parte de los talleres, los estudiantes prácticamente no tenían ya ninguno de los problemas físicos con los que iniciaron.	Al finalizar esta parte de los talleres los estudiantes estaban entusiasmados y sorprendidos por todo lo que habían logrado. Cada vez eran más curiosos con el instrumento, sacando canciones por su cuenta y viendo videos acerca de la guitarra y su historia.	Los estudiantes avanzaron de manera sorprendente, el estar tranquilos y relajados ayudó a que la experiencia con el instrumento fuera agradable.

Tabla 4: Talleres etapa media

Etapa Final				
Observaciones Talleres 8.1, 8.2, 9.1, 9.2, 10.1 Y 10.2				
Total de participantes: 8				
Aspecto cognitivo	Aspecto musical	Aspecto físico	Aspecto emocional	Reflexión del docente
Al finalizar los talleres los estudiantes lograron una gran capacidad de concentración y de memoria, teniendo un gran catálogo de ejercicios, canciones y acordes.	Los estudiantes podían tocar ejercicios, canciones y melodías más complejas de una manera fluida, permitiendo que hicieran interpretaciones	Los estudiantes lograron erradicar las molestias con las que iniciaron los talleres. Además, interiorizaron el tema de la postura y el cómo estudiar.	Los estudiantes crecieron en varios aspectos, pasaron de ser en su mayoría tímidos y penosos a ser tranquilos, comunicadores, curiosos y	Fueron procesos muy agradables, aunque se presentaron obstáculos, los estudiantes supieron cómo avanzar, es satisfactorio ver el cambio que se presentó en ellos a nivel guitarrístico, emocional y físico.

Además, en su mayoría mejoraron las habilidades auditivas.	sensibles y con musicalidad.		seguros de sí mismos.	
--	------------------------------	--	-----------------------	--

Tabla 5: Talleres etapa final

Al terminar los talleres se realizó la encuesta cualitativa a los estudiantes, los resultados son los siguientes:

Califique de 1 a 5 su experiencia en las clases de guitarra, donde 1 es malo y 5 es excelente.	
Kenji Jurado	5
Adriana Hernández	5
Camila Zambrano	5
Valeria Osorio	5
Axel Angarita	5
Mauricio De la Torre	4.5
Nelly Rojas	5
Yineth Arias	5

Tabla 6: Respuestas a pregunta 1 estudiantes

2. Cuente sus impresiones generales acerca de las clases proporcionadas: qué aspectos le han gustado más y qué aspectos cree que se podrían mejorar.	
Kenji Jurado	Me parece un curso de guitarra muy completo, donde explica todos los conceptos básicos e importante a tener en cuenta a la hora de empezar en el mundo de la guitarra, debería ser más extenso y más reconocido.
Adriana Hernández	Me parece que es un método muy completo para alguien que está iniciando, es muy importante que se toma el tiempo para explicar ejercicios de calentamiento, estiramiento y como disponer el cuerpo a la hora de tocar.
Camila Zambrano	Las clases me gustan en que se tenía el cuidado del cuerpo en todas las sesiones, me ayudó al momento de tocar. Aspectos a mejorar el tema de espacios donde se daban las clases.
Valeria Osorio	Los contenidos se complementan con la cartilla y esto ayudaba a que el aprendizaje fuera completo.
Axel Angarita	Son clases divertidas, aprendí canciones nuevas
Mauricio De la Torre	Me gusto los estiramientos antes y después de tocar la guitarra y la combinación de teoría y practica
Nelly Rojas	Las clases me parecieron divertidas y entretenidas, deberían durar más.
Yineth Arias	Me parecieron muy entretenidas, me gustó mucho el poder aprender los acordes, el poder cantar y tocar al mismo tiempo. No tendría aspectos a mejorar.

Tabla 7: Respuestas a pregunta 2 estudiantes

3. ¿Experimentó algún cambio en su vida en términos de bienestar personal al tomar las clases de guitarra? Si su respuesta es afirmativa explique cuál fue ese cambio.	
Kenji Jurado	Al practicar los ejercicios, canciones y estiramientos mi rutina dentro de la guitarra ha avanzado de una manera más rápida y efectiva, también desarrollé habilidades que no tenía antes, como más paciencia.
Adriana Hernández	Sí, la postura que me enseñó el método me ayudó a estar más cómoda con la guitarra, sintiendo que apropió la guitarra y que es algo más cercano a mí.
Camila Zambrano	Me ayudó al momento de sentirme cómoda con la guitarra y a que se fueran los dolores que tenía. Mejoró mi confianza con el instrumento.
Valeria Osorio	Sí experimente un cambio positivo, ya que me sirvieron al momento de mi trabajo personal, al momento de dictar clases, en mi tranquilidad al poder practicar el instrumento.
Axel Angarita	Pude distraerme de los trabajos de la escuela
Mauricio De la Torre	Experimente un cambio gracias a los estiramientos, sintiéndome más relajado
Nelly Rojas	Sí, me sentía más relajada y tranquila.
Yineth Arias	Sí experimenté cambios positivos, yo tuve una operación y estas clases me sirvieron para poder despejar mi mente, a relajarme y tener un espacio de tranquilidad.

Tabla 8: Respuestas a pregunta 3 estudiantes

4. En general ¿cómo describiría su experiencia utilizando el método “La Guitarra de Mauro”?	
Kenji Jurado	Fue una experiencia muy accesible y efectiva, más que un método es un estudio el cual me permitió un mejor desarrollo de mis habilidades guitarrísticas.
Adriana Hernández	Fue una experiencia positiva, porque me he sentido más cómoda con el instrumento y cada explicación es minuciosa y fácil de entender.
Camila Zambrano	Fue una experiencia bastante agradable, porque el acercamiento a la guitarra fue muy bueno, avancé muchísimo, aprendí muchos acordes y canciones.
Valeria Osorio	Fue una buena experiencia, ya que es fácil de acceder, fue claro y divertido de aprender el instrumento.
Axel Angarita	Una experiencia agradable y divertida, donde aprendí muchas canciones y ritmos
Mauricio De la Torre	Una experiencia buena
Nelly Rojas	Fue una gran experiencia, muy completa.
Yineth Arias	Fue muy claro y entretenido.

Tabla 9: Respuestas a pregunta 4 estudiantes

5. ¿Qué opinión tiene sobre los videos incluidos en el método “La Guitarra de Mauro” para el estudio y la práctica de la guitarra?	
Kenji Jurado	Son videos cortos y muy completos donde la información es precisa y sin rodeos, facilita el aprendizaje sin tener que soportar largas sesiones que van al mismo punto.
Adriana Hernández	Me parece que son claros y buenos porque permiten que uno pueda repetir y repasar cada una de las indicaciones que da los videos.
Camila Zambrano	Me parecieron muy interesantes, servían mucho como guía, porque a veces se me olvidaba algo que se vio en clase y miraba el video y me servía de apoyo.
Valeria Osorio	Son una herramienta fundamental, complementa la información que está escrita en el método.
Axel Angarita	Son videos claros y entretenidos, me gustaron
Mauricio De la Torre	Son videos útiles
Nelly Rojas	Videos claros y fáciles de seguir
Yineth Arias	Fueron muy claros y me gustaron mucho, la calidad del video era muy buena y eran claros y fáciles de entender.

Tabla 10: Respuestas a pregunta 5 estudiantes

6. ¿Ha encontrado útiles los videos para comprender y ejecutar las lecciones? ¿Por qué?	
Kenji Jurado	Si han sido útiles ya que son precisos en la información que brindan, permitiendo al guitarrista aprender y ejecutar las lecciones de una manera más satisfactoria.
Adriana Hernández	Sí los encuentro útiles, porque en el video se encuentra una explicación clara y más comprensible para uno.
Camila Zambrano	Fueron muy útiles, porque puede guiarse con el profe, tocar con el profe y además de eso como tiene las partituras sirven como guía para aprender la lectura de partitura en guitarra.
Valeria Osorio	Sí he encontrado útiles los videos, ya que cosas que no se entienden rápidamente en el método se puede entender más fácil en los videos y también sirve como herramienta para el estudio y el trabajo autónomo.
Axel Angarita	Me han sido útiles para estudiar y para recordar lo que se vio en la clase
Mauricio De la Torre	Sí, me han ayudado en mi práctica
Nelly Rojas	Sí me han sido útiles los videos, ya que puedo ir despacio.
Yineth Arias	Sí, me sirvieron mucho, a veces se me olvidaban lo que vimos en clase, pero con los videos podía recordar y practicar.

Tabla 11: Respuestas a pregunta 6 estudiantes

7. ¿Qué sugerencias tendría para mejorar la calidad o utilidad de los videos en el futuro?	
Kenji Jurado	En mi opinión, se necesita más apoyo y reconocimiento, para que con el tiempo el mismo apoyo vaya haciendo el trabajo de darle mucha más calidad a la enseñanza, ojalá en un futuro se pueda lograr.
Adriana Hernández	En el futuro sería bueno ampliar el repertorio y los videos.
Camila Zambrano	No creo que le mejoraría nada, de pronto para la gente que tiene menos habilidades con la guitarra hacerlos un poco más lento.
Valeria Osorio	Me parece que los videos y contenido es acertado y no cambiaría nada.
Axel Angarita	Hacer más videos
Mauricio De la Torre	Podría incluir la tablatura
Nelly Rojas	Sería bueno que tuviera más videos.
Yineth Arias	Me pareció claro, no tendría nada para mejorar.

Tabla 12: Respuestas a pregunta 7 estudiantes

8. ¿Tuvo problemas físicos como dolores, tensiones o molestias al momento de tocar la guitarra? Si fue así, ¿cómo ha manejado estos problemas?	
Kenji Jurado	No los he tenido, ya que yo tocaba la guitarra sin calentar ni estirar, después de la sesión terminaba muy tenso y adolorido, en cambio, con el método <i>La guitarra de Mauro</i> he terminado muy tranquilo y siento que he avanzado en muchos aspectos.
Adriana Hernández	No he tenido problemas al manipular la guitarra, gracias a las explicaciones de postura y calentamientos que da el método.
Camila Zambrano	No tuve ninguna molestia, antes cuando intenté aprender guitarra sí sufría de dolores y dejaba de tocar, pero con el método me sentí muy tranquila.
Valeria Osorio	No tuve problemas físicos y dolores, sino que al contrario creé una conciencia de cómo debía tocarse el instrumento y esto quitó tensiones que tenía anteriormente.
Axel Angarita	No sentí ningún dolor
Mauricio De la Torre	No presente ninguna molestia ni dolor
Nelly Rojas	Al iniciar las clases yo tenía dolores por mi trabajo, ya que me toca estar mucho tiempo sentada, pero con los ejercicios del método pude relajarme más y eliminar esas molestias.
Yineth Arias	No tuve problemas físicos ni dolores.

Tabla 13: Respuestas a pregunta 8 estudiantes

9. ¿Cómo describiría la utilidad de los calentamientos y estiramientos enseñados dentro del método para prepararse para la práctica de la guitarra?	
Kenji Jurado	Utilidad perfecta, el calentamiento y estiramiento son una parte fundamental para un guitarrista y en el método de Mauro lo explican de una manera muy detallada.
Adriana Hernández	Me parecen muy importantes y son unos ejercicios que tendrían que tenerse en cuenta siempre al tocar el instrumento.
Camila Zambrano	Son muy útiles, quitaron mis dolores de cuando intenté iniciar con otros métodos en la guitarra, fueron muy importantes para que no haya lesiones.
Valeria Osorio	Los calentamientos y estiramientos son muy útiles a la hora de tocar el instrumento y me parece muy bueno que estén escritos en el método y que sea un área completa de trabajo.
Axel Angarita	Me ayudaron a prepararme para tocar la guitarra
Mauricio De la Torre	Me han ayudado, son útiles
Nelly Rojas	Son muy útiles, ayudan a que se pueda tocar sin molestias
Yineth Arias	Fueron de ayuda para poder prepararse al momento de tocar, me ayudaron a no tener dolores

Tabla 14: Respuestas a pregunta 9 estudiantes

10. ¿Ha encontrado útiles las pautas dadas en el método sobre la postura y el cómo estructurar su práctica? ¿Ha notado una mejora en su progreso guitarrístico como resultado de seguir estas recomendaciones?	
Kenji Jurado	Sí lo he notado, en el poco tiempo que llevo utilizando este método siento que la disciplina al tocar la guitarra ha aumentado, así como el nivel y desempeño en esta misma.
Adriana Hernández	Sí, me han ayudado a estudiar y a mejorar mi nivel en la guitarra.
Camila Zambrano	Sí, me funcionaron para no sobrecargarme y poder tener un proceso agradable con las canciones que nos aprendíamos.
Valeria Osorio	He encontrado un progreso bastante rápido en mi avance con el instrumento.
Axel Angarita	Pude tocar más tiempo por sentarme mejor, con el pie levantado en un banquito
Mauricio De la Torre	Sí han sido muy útiles
Nelly Rojas	Sí me han sido útiles, sentí que mejoré muy rápido en el instrumento.
Yineth Arias	Sí, me sirvió para saber que no tengo que sobreesforzarme al estudiar.

Tabla 15: Respuestas a pregunta 10 estudiantes

11. ¿Recomendaría este método a otros estudiantes interesados a aprender a tocar el instrumento? ¿Por qué o por qué no?	
Kenji Jurado	Lo recomendaría totalmente, he quedado sorprendido con lo completo que es este método, sobre todo para las personas que quieren iniciar en el mundo de la guitarra.
Adriana Hernández	Sí lo recomendaría a estudiantes que inician en el instrumento o inclusive que ya tengan conocimiento, para que puedan subir su nivel con la guitarra.
Camila Zambrano	Sí lo recomendaría, creo que es un método muy diferente a los que había visto, creo que en esto de la guitarra es como toque y ya y pues como que uno empieza a tener lesiones, entonces este método lo recomiendo porque a uno lo cuida, está basado en el cuidado del cuerpo y aprende a tocar guitarra de manera responsable.
Valeria Osorio	Sí recomendaría el método para estudiantes interesados en aprender el instrumento, ya que es muy útil.
Axel Angarita	Si, lo recomiendo, son clases divertidas
Mauricio De la Torre	Sí, es muy bueno
Nelly Rojas	Sí lo recomiendo, las clases son muy buenas y el proceso es relajante.
Yineth Arias	Claro que sí lo recomendaría, las clases son buenas y se cuenta con mucho material para estudiar.

Tabla 16: Respuestas a pregunta 11 estudiantes

Los docentes que aplicaron el método propuesto en esta investigación (seis en total), fueron escogidos de acuerdo a su experiencia como maestro y músico, así como por su lugar de trabajo y el rango de edad de los estudiantes iniciantes a los cuales le dan sus clases. Los docentes escogidos fueron:

Maestro	Edad	Estudios	Población
Manuel Cubides	26 años	Maestro en música con énfasis en guitarra acústica de la Facultad de Artes ASAB	Fundación Taller de Sueños. Dos estudiantes de edad de 11 y 12 años respectivamente
Gabriel Palomino	23 años	Estudiante de noveno semestre de la Facultad de Artes ASAB	Academia Lenguaje Vivo, en un rango de edad de 15 a 17 y 40 a 42 años
Luis Soto	24 años	Estudiante de noveno semestre de la Universidad Pedagógica Nacional	Clases particulares a dos estudiantes de 14 y 15 años
Jefferson Solano	25 años	Licenciado en música de la Universidad Pedagógica Nacional	Academia de Artes Rach a dos estudiantes de 10 y 14 años.
Sebastián Buitrago	25 años	Egresado de la Universidad Central	Clases particulares en un rango de edad de 16 a 60 años
Santiago Valenzuela	24 años	Estudiante décimo semestre de la Facultad de Artes ASAB	Clase particular a un estudiante de 14 años

Tabla 17: Maestros que enseñaron el método La Guitarra de Mauro

Se les realizó la entrevista para conocer sus puntos de vista acerca de la implementación del método. Los resultados fueron los siguientes:

1. ¿Qué opina usted acerca de los contenidos del método?	
Manuel Cubides	Son muy oportunos, abarcan en un principio la enseñanza del instrumento de forma consiente, es muy útil
Gabriel Palomino	Me parece que el método es completo y bueno para una persona que está iniciando en la guitarra e incluso que quiere ver como conectarse con ella a través de su cuerpo, posturas y partituras fáciles. Me parece super bueno porque el libro está muy bien explicado. Incluso está muy bien explicados los ritmos para la mano derecha porque a veces estos son difíciles de encontrar
Luis Soto	Son contenidos oportunos, ya que hace hincapié en la importancia de calentamientos y estiramientos
Jefferson solano	Me parece que los contenidos que tiene el método son muy extensos y eso es valioso porque está bien clasificado. Por otro lado, yo he estado enseñando la cejilla, me pareció muy apropiado de utilizarlo gradualmente por cuerdas, la introducción y los contenidos son muy claros
Sebastián Buitrago	Me parece que se presentan de forma ordenada, es fácil de entender los contenidos
Santiago Valenzuela	Los contenidos me parecieron buenos porque estaban estratificados, son explicaciones claras. Me pareció muy bueno la parte de estiramientos, rutinas de estudio y el tema del material es muy buen trabajo recopilatorio, es música muy variada

Tabla 18: Respuestas a pregunta 1 maestros

2. ¿Considera apropiada la explicación de las posturas presentadas para tocar el instrumento? ¿por qué?	
Manuel Cubides	Si la considero apropiada, porque se adopta una posición que no es muy común para uno de maestro que es la de poner la guitarra en la pierna derecha. Los consejos que se dan son muy útiles, ya que los estudiantes muchas veces no tienen para un posapié y mucho menos para un Ergoplay e incluso para ellos es raro utilizar estos.
Gabriel Palomino	Me parece que la explicación de las posturas es muy pertinente.
Luis Soto	Si me parecen apropiadas, ya que son explicadas de manera visual, con imágenes y videos de cómo hacer las posturas
Jefferson solano	Si la considero apropiada, el hecho de explicar los soportes es de gran ayuda para los estudiantes
Sebastián Buitrago	Muy chévere, creo que es el primer texto que veo que habla de las diferentes posibilidades de posición. Yo creo que ninguno de estos métodos se había tomado en serio esta parte, por ejemplo, la posición de la guitarra en la pierna derecha
Santiago Valenzuela	Me parece una buena explicación, es muy concreta

Tabla 19: Respuestas a pregunta 2 maestros

3. Teniendo en cuenta su experiencia como profesor de guitarra, ¿considera que el método “La guitarra de Mauro” le brindó nuevas herramientas para la enseñanza del instrumento? ¿Cuáles y por qué?	
Manuel Cubides	Si me brindo herramientas, la primera es tener una línea de trabajo, porque yo no la tenía y la segunda es que me ha brindado ejercicios y lecciones para hacer en clase
Gabriel Palomino	Si, me brindo varias herramientas, por ejemplo, las canciones que tienen la explicación del ritmo de la guitarra y los apagados, abren mucho la perspectiva. También me brindo la claridad al momento de explicar los dedos, me ayudo a conocer más la guitarra.
Luis Soto	Si, principalmente la de tener más conciencia sobre la postura y el estiramiento, sobre uno como se ve y como se siente
Jefferson solano	Me apornto en principio el tener un repertorio de canciones que se conectarán con los acordes y con algunos de los ritmos planteados en el método, casi no veo métodos que tengan esa clasificación y yo creo que eso es algo muy positivo de este producto.
Sebastián Buitrago	Sí, considero que me ha dado herramientas nuevas, una de esas herramientas por ejemplo son las melodías en una sola cuerda, está buenísimo, porque permite la exploración de todas las cuerdas, porque esa misma melodía que uno hace una cuerda la puede hacer en todas las cuerdas y eso permite que el estudiante tenga una herramienta diferente de exploración del traslado como lo llamaba Eduardo Fernández longitudinal, es decir de clavijero a la boca. Otra herramienta que me ha dado es el de las canciones sencillas, está fantástico. Me parece chévere el catálogo de posiciones que se pueden usar y que además esté añadido lo de los soportes que se pueden usar para cada posición de pronto.
Santiago Valenzuela	Me brindo el material, yo lo voy a seguir aplicando, es música que se puede usar, ya está digitada y aparte trae videos que se le pueden mostrar al estudiante

Tabla 20: Respuestas a pregunta 3 maestros

4. ¿En qué rango de edades aplicó el método “La guitarra de Mauro”?	
Manuel Cubides	La aplique a 2 estudiantes de 11 y 12 años
Gabriel Palomino	Lo aplique entre 15 y 17 y 40 a 42 años
Luis Soto	Dos estudiantes de 14 y 15 años
Jefferson solano	Dos estudiantes de 14 y 10 años un llamado
Sebastián Buitrago	La aplique en un rango de edad de 16 a 60 años
Santiago Valenzuela	Un estudiante de 14 años

Tabla 21: Respuestas a pregunta 4 maestros

5. ¿Considera que la efectividad del método, varía según la edad de la población? ¿por qué?	
Manuel Cubides	Para mí no varía según la edad, creo que eso va más de la mano del profe, si voy a trabajar con niños puedo trabajar los contenidos del método, pero no lo puedo abordar de la misma manera que con adolescentes o adultos. Yo creo que sí aplica para cualquier edad mientras uno sepa escoger el lenguaje y la metodología.
Gabriel Palomino	No me parece que varíe, afecta más es el hecho de percibir y recibir el método, alguien de 40 años motrizmente no es igual a alguien de 15 años, pero eso no es algo del método, sino de las personas.
Luis Soto	Yo creo que depende de las condiciones físicas de las personas, puede ser adulto o adolescentes, pero si sufre de algún dolor o problema físico el método se tendrá que aplicar de otras formas. Para mí no varia
Jefferson solano	Siento que es un método que está adecuado para lo que es preadolescentes, adolescentes y un poquito más jóvenes, pero también podría funcionar para adultos gracias a el repertorio escogido
Sebastián Buitrago	yo creo que no varía, todos los estudiantes pueden estar viendo los mismos contenidos y tratarlos con la misma seriedad independientemente de sus edades.
Santiago Valenzuela	Diría que no, ya que, aunque se acerca mucho a las personas jóvenes, trae repertorio que atrae a personas mayores, como canciones de rock y villancicos.

Tabla 22: Respuestas a pregunta 5 maestros

6. ¿Ha notado cambios en la postura de los estudiantes después de aplicar el método?	
Manuel Cubides	Si se han notado cambios sutiles en el cómo toman el instrumento, de a poco ellos han ido mejorando, sobre todo se ha visto el cambio en las posturas de las manos.
Gabriel Palomino	Claro, total, hay un cambio significativo, los chicos sienten más comodidad en las posturas que plantea el método, permitiéndoles más agilidad.
Luis Soto	Si, ya que se hace mucho hincapié sobre la postura, los estudiantes tomaron esa conciencia y realizaron un cambio significativo para tener una mejor postura
Jefferson solano	Si claro, la postura cada clase se iba trabajando y de a poco se notaba el cambio para bien, en el cómo se sientan y se sienten.
Sebastián Buitrago	Sí, definitivamente, en uno de mis estudiantes que tenía problemas porque la guitarra se le resbalaba. Estábamos usando la posición de la guitarra clásica. Entonces el método lo que nos ayudó, fue a darnos confianza de que esa posición definitivamente se podía hacer, solamente que nosotros detectamos ese pequeño inconveniente y lo resolvimos
Santiago Valenzuela	Si, aunque es un trabajo constante ayuda el poderse remitir a un método para los estudiantes, lo hace más visual

Tabla 23: Respuestas a pregunta 6 maestros

7. ¿Cómo califica la eficacia de los videos en términos de ayudar a los estudiantes a comprender y aplicar los temas enseñados en el método?	
Manuel Cubides	Me parecen muy oportunos, los videos son muy explicativos en cada paso a paso, se dice todo muy despacio y eso es una ayuda grande para los estudiantes. Muy bueno que los videos tengan cosas interactivas
Gabriel Palomino	Primero me servía a mí a saber cómo enseñarles las canciones a los alumnos y también a los estudiantes para tener claridad y acompañamiento en su estudio autónomo.
Luis Soto	Me parece una forma lúdica, ya que no solo se ve de forma gramatical los ejercicios, sino que también traen una explicación clara
Jefferson solano	Ellos ven una claridad y una calidad en el vídeo muy buena, son cortos los vídeos, bien sintéticos, entonces sí, les ha gustado.
Sebastián Buitrago	Son muy explícitos con respecto a los temas. La eficacia es muy buena, o sea, es muy apto para poder mejorar el trabajo con los estudiantes
Santiago Valenzuela	Yo califico los videos entre un 9 o 10, ya que son muy claros, con buena calidad y apoya mucho a los estudiantes en su estudio

Tabla 24: Respuestas a pregunta 7 maestros

8. ¿El método La Guitarra de mauro se diferencia en alguna forma de otras metodologías? ¿Por qué?	
Manuel Cubides	La diferencia de este método es que se usa un lenguaje sencillo y fácil de leer, que no es denso y es muy oportuno. También se usan imágenes y videos y yo no había visto eso en otros métodos.
Gabriel Palomino	Yo he trabajado dos métodos de guitarra, el método de la guitarra de mauro se diferencia en que primero cuida más al guitarrista en cuanto a su salud y como persona, en cambio los otros métodos solo enseñan más teoría y pentagrama.
Luis Soto	Sí, debido a que se le da mucha importancia a la postura para aprender a tocar y no aprender a tocar para solo tocar
Jefferson Solano	El método de Mauro se diferencia con otros métodos en que precisamente no busca ser completamente autodidacta, o sea, digamos que no da la información y el estudiante verá como la ajusta, sino que hace que el estudiante tenga esa necesidad de buscar una mentoría. También se diferencia en que enseña que estudiar un instrumento no es cualquier cosa, sino que requiere de unas pautas, eso me parece muy importante. Se diferencia en el contenido ya que es amplio y tiene diversidad. A diferencia de otros métodos que se basan mucho más en el rock por ejemplo este abarca mucho más, me parece que es importante resaltar todos los géneros.
Sebastián Buitrago	Sí se diferencia por un lado en que es un método muy personal, por ejemplo, a mí me parece que esas imágenes tuyas exponiendo las cosas les dan a los estudiantes una sensación de cercanía, son más amables a la vista, realmente les da más comodidad.

	<p>Se diferencia también por las posturas, lo que expliqué en la parte de las posturas, me parece que eso no lo tienen otros métodos.</p> <p>También no había visto las melodías en una sola cuerda, creo que es una idea muy ingeniosa y que además viene con su digitación, las melodías vienen con un objetivo pedagógico</p>
Santiago Valenzuela	Aunque comparte muchas similitudes con otros métodos, se diferencia en el repertorio, los videos y el tema de la preparación al momento de tocar

Tabla 25: Respuestas a pregunta 8 maestros

Análisis de la Información

Para el análisis de la información se tomaron tres categorías: en la primera se habla de la claridad de los contenidos del método, en la segunda la innovación de las herramientas del método y por último la ergonomía y hábitos sanos para tocar el instrumento.

Triangulación de la Información

Según Valencia (2000, pág. 4), la triangulación se caracteriza por “tomar múltiples puntos de referencia para localizar una posición desconocida”, permitiendo resolver el problema de investigación con los datos recolectados.

De acuerdo con la metodología de esta investigación se cruzan las voces autorizadas: autores citados en el marco teórico, estudiantes que probaron el método y quienes implementaron el método con los estudiantes.

Categoría de análisis	
Claridad del contenido del método	<p>Nomar (1999) dice que se debe “contar con un repertorio fácil, de calidad y pedagógicamente adecuado”. Los maestros entrevistados dieron respuestas muy parecidas al hablar de los contenidos del método, diciendo que el repertorio estaba muy bien escogido, con una gran variedad, que utilizaba un repertorio técnicamente sano, ya que iba de manera progresiva y estaba adecuado a nivel de los estudiantes, evitando lesiones, tensiones y molestias. Agregaron que les pareció muy clara la explicación de las posturas y muy bien planteado el tema de los ejercicios de estiramiento, calentamiento y el cómo se enseña a estudiar, permitiendo con esto que los estudiantes puedan tener unas bases muy sólidas y libres de problemas físicos.</p> <p>Los estudiantes tuvieron experiencias positivas utilizando el método, diciendo que se sintieron cómodos y mejoraron su nivel en el instrumento. Hablaron de que las explicaciones les parecieron muy claras y precisas, sintiéndose cómodos con los ejercicios y canciones.</p> <p>En los talleres se observó cómo el repertorio, al ser tan variado, ayudaba a que los estudiantes pudieran tener ejercicios adecuados a su nivel, permitiéndoles escoger canciones que ya conocían y ayudando a que</p>

	descubrieran nueva música, con lo cual lograron excelentes resultados a la hora de tener una técnica y repertorio sano.
Innovación de herramientas pedagógicas	<p>González, Rodríguez y Hernández hablan de que “no es que las TIC suplanten la función del profesor, se trata de que estas tecnologías sirvan como mediadoras en la relación entre educadores y educandos”.</p> <p>Como se mencionó anteriormente, los talleres se dieron de manera presencial con cada estudiante, pero ellos tenían en el método imágenes, partituras y videos que les ayudaba al momento de su estudio, permitiendo que ellos pudieran recordar lo visto en clase logrando mejorar su estudio, ya que con los videos podían repasar a su ritmo, porque podían pausarlos y/o ralentizarlos.</p> <p>Los maestros recalcaron el valor de los videos, diciendo que les ayudaba a los estudiantes a mejorar, ya que son muy explicativos, se dice todo muy despacio y eso es una ayuda grande para los estudiantes, porque les daba claridad al momento de su estudio autónomo.</p> <p>También resaltaron el valor de los arreglos e imágenes, ya que se hicieron arreglos de distintos géneros permitiendo al estudiante tener más opciones y también porque estaban pensados para el nivel de los estudiantes y las imágenes junto con los videos hacían que ellos se sintieran acompañados al momento de estudiar y pudieran recordar lo visto en clase.</p> <p>Los estudiantes encontraron gran utilidad en los videos, diciendo que es una gran herramienta y que estos eran claros y precisos, haciendo que fueran fáciles de seguir.</p> <p>También agregaron que estos videos les ayudaban a recordar lo visto en clase y a sentirse acompañados por el maestro.</p> <p>Se les preguntó a los maestros si el método de <i>La guitarra de Mauro</i> se diferenciaba de alguna manera de otros métodos que conocían, las respuestas fueron muy diversas, pero en resumen dijeron que sí tenía cosas diferentes. Hablaron de que era un método fácil de leer, que se preocupa por el guitarrista, en el cómo se siente, cómo se prepara y cómo estudia, muchos de los maestros no habían visto esto en otros métodos.</p> <p>También algunos recalcaban el tema de las imágenes y videos, diciendo que esto no lo habían visto en otras metodologías.</p> <p>El tema del cuidado del estudiante también fue algo que se repitió mucho en sus respuestas, hablando de que era un método muy personal y cercano a los estudiantes, por el repertorio que se escogió, el nivel de los arreglos y el enseñar cómo prepararse para tocar. Jefferson Solano agrega que este “enseña que estudiar un instrumento no es cualquier cosa, sino que requiere de unas pautas”.</p> <p>Algunos de los estudiantes habían intentado aprender a tocar el instrumento antes, con métodos que encontraban en internet y otros con maestros. Ellos hablaron de que por lo general la mayoría de los métodos era sólo tocar y ya, en cambio el método de <i>La guitarra de Mauro</i> según las palabras de Camila Zambrano “a uno lo cuida, se aprende a tocar de manera responsable”.</p>
Ergonomía y hábitos sanos para tocar el instrumento	<p>Phillips y Chappell (2010) dicen que “la postura adecuada le ahorrará no sólo tensiones excesivas y mucho cansancio, sino que puede ayudarle a desarrollar unos hábitos de concentración”. En el método se trabajó la postura, los calentamientos y estiramientos y el cómo estudiar, con el fin de que los estudiantes tuvieran un proceso técnicamente sano. En la encuesta, los estudiantes coincidieron en que las pautas dadas les ayudaron a estudiar, mejorando su nivel en el instrumento y haciendo que no se sobrecargaran al momento de practicar, permitiendo según ellos eliminar los dolores que tenían antes de iniciar en el instrumento y haciendo que pudieran tocar sin molestias.</p>

	<p>Los maestros entrevistados llegaron a una conclusión similar, algunos de ellos dijeron que “el método brinda una conciencia sobre la postura y el estiramiento, sobre uno cómo se ve y cómo se siente, cuidando más al guitarrista en cuanto a su salud y como persona” (Gabriel Palomino).</p> <p>Esto fue algo que se observó en los talleres, los estudiantes con el pasar del tiempo fueron interiorizando el tema de las posturas, el cómo estudiar y cómo prepararse para tocar el instrumento, viendo así cómo ellos se iban sintiendo más tranquilos y seguros.</p> <p>A lo anterior Nomar agrega que “Si existe un mínimo fallo en la forma de coger la guitarra, toda la interpretación se verá afectada”. En el transcurso de los talleres se evidenció una mejoría en la postura de los estudiantes, pasando de presentar dolores físicos por sus actividades diarias, a eliminar los dolores y las molestias con ayuda de los estiramientos, calentamientos, el cómo estudiar y el trabajo postural, viendo en ellos más seguridad, tranquilidad y relajación al momento de tocar el instrumento.</p> <p>Los estudiantes contaron un poco de cómo se sintieron en las clases, diciendo que estuvieron cómodos al momento de tocar el instrumento, ya que pudieron quitar sus dolores y lograron tocar sin molestias, sintiéndose muy tranquilos y que avanzaron en muchos aspectos.</p> <p>Por su parte los maestros notaron una mejoría en sus estudiantes al trabajar con ellos el tema de las posturas, diciendo que notaron cambios en el cómo toman el instrumento, en el cómo se sientan y se sienten al tocar, en su agilidad, hablando de que tomaron conciencia de la postura y que notaron un cambio significativo en su postura.</p> <p>Para López, Matos y García (2011) la ZDP se trata de “que lo que el estudiante puede hacer hoy con la ayuda de otro estudiante o profesor, mañana podrá hacerlo por sí solo.” Al inicio de los talleres se observó cómo los estudiantes eran tímidos e introvertidos, pero con el pasar de las clases fueron ganando confianza y nivel en el instrumento. Al finalizar los talleres, los estudiantes ya tenían una apropiación en el instrumento, pudiendo tocar las canciones que a ellos les gustan.</p> <p>Los estudiantes dijeron que el método les ayudó a aprender a tocar la guitarra de manera tranquila, sintiendo que avanzaron muy rápido en el instrumento.</p>
--	--

Tabla 26: Triangulación de la información

Link [Método La Guitarra de Mauro](#)

Conclusiones

Una vez realizado un trabajo profundo y exhaustivo en torno a la lectura y rastreo de métodos de la enseñanza de la guitarra acústica, además de reconocer las deficiencias evidenciadas en los procesos de enseñanza-aprendizaje alrededor del cuidado del cuerpo en el guitarrista, esta investigación concluye que:

Es importante realizar propuestas metodológicas que tengan como centro el cuidado del cuerpo de los guitarristas, debido a los beneficios que supone una implementación cómoda (libre de dolores y molestias), como se abordó en el método *La Guitarra de Mauro* por medio de la ejecución de pautas sobre cómo estudiar, calentar y estirar, así como el trabajo postural (rutina de estudio) que ayudó a fomentar una técnica sana, mejorando el nivel de los estudiantes en el instrumento y logrando una práctica libre de sobreesfuerzo, permitiéndoles incluso eliminar las molestias que traían antes de iniciar los talleres.

Además, para realizar una propuesta metodológica es fundamental estudiar a profundidad otras metodologías de manera que, lo que se proponga abordar no tenga errores técnicos, teóricos ni metodológicos ya que, si esto sucediera, resultaría un proceso confuso para el estudiante al no tener unas bases delimitadas desde el comienzo. Como lo mencionaron los maestros que implementaron *La Guitarra de Mauro*, este método brindó varias opciones de repertorio y ejercicios que estaban al nivel de los estudiantes, enseñándoles a tocar de manera consciente, cuidadosa y responsable.

Por otra parte, se destaca el valor agregado que supone la elaboración de material propio (ejercicios y arreglos) que esté adecuado al nivel del estudiante que inicia en el instrumento, escrito de manera clara y fácil de abordar. En *La Guitarra de Mauro* cada ejercicio y arreglo se creó pensando en las habilidades de los estudiantes, para que pudieran tener un proceso sano y libre de tensiones al no tener que realizar ejercicios muy complejos y/o técnicamente demandantes.

Como se mencionó durante la presente investigación, las herramientas audiovisuales son de gran importancia, ya que ayudan a fortalecer la propuesta

metodológica: como recalcaron los maestros en las entrevistas y los estudiantes en las encuestas cualitativas, los videos, imágenes y partituras que contiene el método *La Guitarra de Mauro* fueron de gran ayuda a la hora de estudiar, ya que según ellos “eran claros y precisos”, además de que tuvieron varias opciones de repertorio y ejercicios. No obstante, se deja en claro que la figura del maestro es de gran importancia en el proceso de aprendizaje, lo cual se evidenció en cómo los estudiantes se sintieron acompañados por el maestro durante su estudio autónomo (a pesar de no estar en ese momento en clase), gracias a la implementación del material audiovisual.

A partir de todo lo anterior se concluye que el método *La Guitarra de Mauro* es un material de gran valor pedagógico, que ha servido para estudiantes iniciantes en el instrumento sin importar la edad, ya que da herramientas que les permite tener apropiación del instrumento y ayuda a crear una conciencia del cuidado del guitarrista, porque fomenta el aprendizaje e incorporación de buenos hábitos desde el comienzo del proceso, lo cual es mucho más efectivo que desarrollar inconscientemente malos hábitos (que luego habría que desaprender) para por fin llegar a reaprender hábitos sanos.

Bibliografía

8.2: *Teoría sociocultural de Vygotsky sobre el desarrollo cognitivo*. (2020, junio 1). LibreTexts Español.

[https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Educacion_de_la_Primeria_Infancia/Libro%3A_Desarrollo_y_crecimiento_en_la_ninez__\(Paris_Ricardo_Rymond_y_Johnson\)/08%3A_Cognitive_Development_in_Early_Childhood/8.02%3A_Vygotsky%E2%80%99s_Sociocultural_Theory_of_Cognitive_Development](https://espanol.libretexts.org/Ciencias_Sociales/Educacion_de_la_Primeria_Infancia/Libro%3A_Desarrollo_y_crecimiento_en_la_ninez__(Paris_Ricardo_Rymond_y_Johnson)/08%3A_Cognitive_Development_in_Early_Childhood/8.02%3A_Vygotsky%E2%80%99s_Sociocultural_Theory_of_Cognitive_Development)

Aguado, D., Portugal, Schonenberger, & e Ca, J. C. (1843). *Nuevo método para guitarra*.

Álvarez, A., & Del Río, P. (1990). Educación y desarrollo: La teoría de Vigotsky y la zona de desarrollo próximo. *Coll C, Palacios J, Marchesi A.(comp.) Desarrollo psicológico y educación, 2*, 93-119.

Aquino, J. (2013). . *Método de guitarra 1 autor Ivan Becerra*.
https://www.academia.edu/69649823/_M%C3%A9todo_de_guitarra_1_autor_Ivan_Becerra

Araya, V., Alfaro, M., & Andonegui, M. (2007). CONSTRUCTIVISMO: ORIGENES Y PERSPECTIVAS. *Revista de Educación*.

Bay, M., & Castle, J. (s.f.). *The Complete Carcassi Guitar Method: El método completo para guitarra de Carcassi*. Mel Bay Publications.

Carlevaro, A. (1979). *Escuela de la Guitarra*. Buenos Aires: Barry Editorial.

Carrasquilla Baza, D., González Ruíz, G., Camargo Navarro, D., Soto, N. J., & Ramos, E. (2019). Representaciones sociales de salud, enfermedad y cuidado cultural en músicos tradicionales. *Revista Cubana de Enfermería, 35*(1).

Castro, S., Guzmán, B., & Casado, D. (2007). Las Tic en los procesos de enseñanza y aprendizaje. *Laurus, 13*(23), 213-234.

Castro, Sehk, E., Penélope. (2005). *Más allá del dilema de los métodos*. Norma.

Cordero, Z. R. V. (2009). La investigación aplicada: Una forma de conocer las realidades con evidencia científica. *Revista educación*, 33(1), 155-165.

Escobar, J. F. G., & Mira, Y. M. O. (2019). La globalización y la importancia de las TIC en el desarrollo social. *Revista reflexiones y saberes*, 11, 2-9.

Farias, J. (2010). Guía práctica de ergonomía musical: Técnica de la guitarra clásica. *Biomecánica y prevención de lesiones*. Toronto: Galene Editions.

Fuks, P., & Paredes, M. R. (2006). Exploración de alternativas para la prevención de lesiones y para el mejoramiento de los recursos mecánico-funcionales de los guitarristas. *II Jornadas de Investigación en Disciplinas Artísticas y Proyectuales (La Plata, 2006)*.

Gallardo, L. M. G., & Buleje, J. C. M. (2010). Importancia de las TIC en la en la educación básica regular. *Investigación educativa*, 14(25), 209-226.

González López, A. D., de los Ángeles Rodríguez Matos, A., & Hernández García, D. (2011). El concepto zona de desarrollo próximo y su manifestación en la educación médica superior cubana. *Educación Médica Superior*, 25(4), 531-539.

Guaneme Acosta, J. H. (2013). *Jugando a tocar guitarra*.

Guzmán, G. (2015, diciembre 19). *5 lesiones y enfermedades que comúnmente afectan a los músicos*. BioBioChile - La Red de Prensa Más Grande de Chile. <http://www.biobiochile.cl/noticias/2015/12/19/5-lesiones-y-enfermedades-que-comunmente-afectan-a-los-musicos.shtml>

Herrera, C. D. (2018). Investigación cualitativa y análisis de contenido temático. Orientación intelectual de revista Universum. *Revista general de información y documentación*, 28(1), 119.

Inglada, J. (2017). *Tus primeros acordes de guitarra*.

Lev Vigotsky 🐦 [@LVigotsky]. (2016, abril 8). *¿Qué es la Zona de Desarrollo Próximo (ZDP)? #Vigotsky #Vygotksy #Psicología #PsicologíaCultural*

<https://t.co/Vr59GCvcpi> [Tweet]. Twitter.

<https://twitter.com/LVigotsky/status/718266386766807042>

Llobet, J. R., & Molas, S. F. (2005). *A TONO. Ejercicios para mejorar el rendimiento del músico (Libro+ CD)-Bicolor*. Editorial Paidotribo.

Lucato, M. (2001). El método Kodály y la formación del profesorado de música. *Revista electrónica de LEEME*, 7(1), 1-7.

Lucci, M. A. (2006). *La propuesta de Vygotsky: La psicología socio-histórica*.

Martínez Cuellar, M. A. (2017). *Curso completo de Guitarra Acústica, un método moderno de técnica y teoría aplicada* (Clases de guitarra.com.co).

Nömar, Z., Moncholí, F., & Barceló, R. (1999). *La guitarra: Iniciación*.

Ocaña, A. O. (2013). *Modelos pedagógicos y teorías del aprendizaje*. Ediciones de la U.

Ortega, C. (2022, octubre 4). Encuestas cualitativas: Qué son, beneficios y cómo hacerlas. *QuestionPro*. <https://www.questionpro.com/blog/es/encuestas-cualitativas/>

Paitán, H. Ñ., Mejía, E. M., Ramírez, E. N., & Paucar, A. V. (2013). *Metodología de la investigación cuantitativa-cualitativa y redacción de la tesis*. Ediciones de la U.

Palacios, R. M. (2006). Investigación cualitativa y cuantitativa Diferencias y limitaciones. *Piura Perú*.

Phillips, M., & Chappell, J. (2010). *Guitarra para dummies*. Grupo Planeta (GBS).

Pineda, M. T. (2015). Prácticas didácticas para la enseñanza de la guitarra en etapas de iniciación a partir de recursos literarios. *La Tercera Orilla*, 14.

Pinzón Corredor, M. del M. (2015). *El ejercicio y el desempeño musical: Doce semanas de actividad física mejoran la capacidad de ejecución de un instrumento musical en estudiantes de conservatorio*.

- R. Chiaramonte. (2021). *Neurología*.
<https://neurologia.com/articulo/articulo/2020421>
- Rico, E. S. (2003). *En forma. Ejercicios para músicos* (Vol. 49). Grupo Planeta (GBS).
- Rojas, Ñ. (2017). *Guitarra*. Areito.
- Ruso, R. C. (2001). El concepto de zona de desarrollo próximo: Una interpretación. *Revista cubana de psicología*, 18(1), 72-76.
- Tapia, L. M. A. (2019). Estudio ergonómico de un instructor de música. *Ergonomía, Investigación y Desarrollo*, 1(1), 100-118.
- Tejero González, J. M. (2021). *Técnicas de investigación cualitativa en los ámbitos sanitario y sociosanitario*.
- Viñoles, M. A. (2013). Conductismo y constructivismo: Modelos pedagógicos con argumentos en la educación comparada. *Consejo de Redacción*, 2(3), 7.