



¿Puede La música ser violenta?

Percepciones de una comunidad universitaria sobre la música, la violencia y el bienestar

Miguel-Andrés Pedraza-Gualdrón*  

Daniel Gómez-Uriza**  

María Fernanda Sandoval-Caipe***  

Tipo de artículo: artículo de investigación

Fecha de recepción: 29 de septiembre de 2025

Fecha de aprobación: 03 de junio de 2026

Fecha de publicación: julio de 2026

Para citar este artículo

Pedraza-Gualdrón, M. A., Gómez-Uriza, D. y Sandoval-Caipe, M. F. (2026). ¿Puede la música ser violenta? Percepciones de una comunidad universitaria sobre la música, la violencia y el bienestar, *(Pensamiento), (Palabra)... Y Obra*, (35), e23784. <https://doi.org/10.17227/ppo.num35-23784>

* Magíster en Teoría de la Música, con *minor* en Composición, Temple University. Profesor y coordinador del área de Teoría y Análisis, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Coordinador del semillero Análisis Crítico y Pensamiento Musical (AC-PM) de la PUJ. pedrazam@javeriana.edu.co

** Maestro en Música, Pontificia Universidad Javeriana. Estudiante de la Maestría en Música, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Integrante del semillero Análisis Crítico y Pensamiento Musical (AC-PM) de la PUJ. daniel.gomezu@javeriana.edu.co

*** Estudiante de la carrera de Estudios Musicales, Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia. Integrante del semillero Análisis Crítico y Pensamiento Musical (AC-PM) de la PUJ. mf-sandoval@javeriana.edu.co

¡Con cuánta frecuencia fui regañado despiadada, insensible e
imposiblemente, cuando de forma incontenible salí corriendo de
la habitación, tan pronto como se abría el piano, o esta o aquella
dama tomaba la guitarra y se ponía a canturrear!

E. T. A. HOFFMANN (2019)

Resumen

Este artículo analiza las percepciones de una comunidad universitaria sobre la música y su relación con los conceptos de *bienestar* y de *violencia*. La primera categoría se desarrolla en cuatro subcategorías: música para obtener calma y tranquilidad, música para el trabajo, música y recuerdos, y música como entretenimiento; y la segunda en dos: la violencia detrás de las letras y el caso del reguetón y otros. El propósito inicial consistió en saber si la percepción general corroboraba la relación entre la música y el bienestar mental y físico, y si el concepto de *violencia* podía ser acuñado o adjudicado de alguna manera al fenómeno sonoro expresado en algunas canciones de géneros populares y comerciales.

Palabras clave: música; violencia; bienestar; canciones

Can Music be Violent? Perceptions of a University Community about the Music, Violence and Well-being

Abstract

This article analyzes a university community's perceptions of music and its relationship to the concepts of well-being and violence. The first category is divided into four subcategories: music for calm and tranquility, music for work, music and memories, and music as entertainment; and the second into: the violence behind the lyrics and the case of reggaeton and others. The initial purpose was to determine whether the general perception matched the relationship between music and mental and physical well-being, and whether the concept of violence could be coined or attributed in some way to the sound phenomenon expressed in some songs of popular and commercial genres.

Keywords: music; violence; well-being; songs

Pode a música ser violenta? Percepções de uma comunidade universitária sobre a música, a violência e o bem-estar

Resumo

Este artigo analisa as percepções de uma comunidade universitária sobre música e sua relação com os conceitos de bem-estar e violência. A primeira categoria é dividida em quatro subcategorias: música para calma e tranquilidade, música para trabalho, música e memórias e música como entretenimento; e a segunda, em duas: a violência por trás das letras e o caso do reggaeton e outros. O objetivo inicial era determinar se a percepção geral corroborava a relação entre música e bem-estar mental e físico, e se o conceito de violência poderia ser cunhado ou atribuído de alguma forma ao fenômeno sonoro expresso em algumas canções de gêneros populares e comerciais.

Palabras clave: música; violencia; bem-estar; canções



Introducción: la música al alcance de todas las manos y todas las orejas

Desde que la música es más que *simplemente* música, ha estado en el centro de múltiples debates debido a la influencia que parece ejercer, y ejerce, sobre nuestra psiquis y sobre nuestro cuerpo, tanto en sentido positivo, en el que la música brinda bienestar, como en el opuesto, en el que produce incomodidad, molestia e, incluso, violencia. Los matices son múltiples y diversos según su uso y contexto, pero es un hecho que la música, como elemento *esencial* de la vida del hombre moderno, se ha posicionado en un lugar importante de prácticamente todas las culturas que la han creado —descubierto— y aceptado. No es un secreto que las primeras civilizaciones usaron la música como parte importante de sus rituales y ceremonias, en los que ocupaba, en muchos casos, un lugar más que secundario, incidental o acompañante. Hoy en día sigue siendo fundamental en esos mismos eventos, pero también en muchos otros momentos y espacios que podríamos considerar *menos importantes*. Incluso, en los tiempos que corren —¿la posmodernidad?—, parece haber perdido su exclusividad de tiempo y espacio, por lo que se encuentra, al menos en las urbes modernas, grandes y pequeñas, siempre presente. Está al alcance de casi todas las manos y de todas las orejas, ya que los celulares y los audífonos se han transformado en los empaques perfectos para transportar de forma independiente, *omnipresente*, individual y personalizada la música que nos gusta, y también la que no.

Sus usos también se han diversificado y se han adentrado en la esencia misma del sistema económico y político dominante; no solo se utiliza como un medio para vender y comprar otros productos, sino que ella misma es un fin que se comercializa eficazmente. Esto podría llevarnos a preguntar si acaso la música habrá perdido su *efecto y naturaleza esenciales* o si, por el contrario, estos se han acentuado en un mundo en el que los seres humanos nos hemos sumergido profundamente en ideologías y discusiones que sobrevaloran a la persona en tanto singularidad individual —o individuo singular— que siente y se emociona, y que hacen de la música una extensión *sonoramente afectiva* de esta parte de la condición humana.

Este escrito indaga y reflexiona, justamente, sobre esas percepciones que se dan en el cuerpo y en la mente: respuestas emocionales y afectivas que tiene la gente cuando escucha música —o cuando no—, pero atravesadas

por dos conceptos que han sido el germen primario para realizar esta investigación: el bienestar y la violencia. La idea surgió como una respuesta a varias posturas escritas, sobre las cuales se hablará más adelante, en las que se asume que ciertos tipos de géneros urbanos son *violentos* o incitan a la violencia, pero sin dar una adecuada definición del concepto ni respaldar las aseveraciones con hechos fehacientes. La inquietud sobre si esto podría ser cierto fue la semilla que dio origen a esta investigación, lo cual permitió iniciar un proceso en el que, más que resolver el *enigma* sobre si la música es violenta o no, se buscaba conocer la *percepción* de las personas entrevistadas frente al uso que le daban a la música y saber si, en algún sentido, estaban de acuerdo con la afirmación de que la música podía ser violenta.

Las personas que compartieron sus experiencias a través de entrevistas personalizadas hacen parte de una comunidad universitaria bogotana¹ en la que conviven individuos de distintos contextos urbanos, con diversos gustos y con variados niveles de formación. Esta comunidad no es solo el punto de encuentro entre profesores y estudiantes, sino que también hay otros trabajadores con funciones distintas dentro de ella, entre ellos administrativos, empleados de las cafeterías y personal de vigilancia. En lo que a esto respecta, vale la pena aclarar que, aunque todos los estamentos de la comunidad universitaria participaron en las entrevistas, la mayoría de la población está compuesta por estudiantes y profesores, de modo que su participación en este estudio es mayor que la de los otros grupos.

Las entrevistas: dime qué música escuchas y te diré qué sientes

El método empleado para esta investigación consistió en entrevistas presenciales a diferentes miembros de la comunidad universitaria y, como se mencionó arriba, la mayoría de los participantes pertenecía al entorno académico, aunque también se entrevistó a directivos y personal de las cafeterías y de seguridad. En un principio se quiso implementar un modelo masivo de encuestas, con el fin de abarcar a casi toda la población universitaria, mediante el correo electrónico institucional como método de recolección de la información; sin embargo, en los procesos institucionales de aprobación del proyecto —el comité disciplinar y de investigación del Departamento de Música

y el comité de ética de la Facultad de Artes— se sugirió valorar el modelo de entrevista semiestructurada, que implicaba reducir la cantidad de participantes a un grupo de no más de treinta personas, pero permitía profundizar en los temas por tratar, los cuales involucraban aspectos personales relacionados con lo afectivo, lo emocional y la opinión sobre la relación entre la música y los conceptos de *bienestar* y *violencia*.

Las entrevistas fueron realizadas por tres parejas que formaban parte del equipo investigador, pertenecientes a dos semilleros de investigación de la Facultad de Artes y de la Facultad de Enfermería de la Pontificia Universidad Javeriana.² Cada pareja se encargó de entrevistar a diez personas. El criterio de selección de los entrevistados tuvo como primera condición que todos los participantes fueran miembros activos de la comunidad universitaria en cuestión, bien fuera como estudiantes o como trabajadores del sector académico —docentes—, de la parte administrativa —directores— o de servicios generales —cafeterías y seguridad—. La siguiente tabla desglosa, en números y porcentajes, la población entrevistada en relación con el sector al que pertenecía.

Tabla 1.

Clasificación de la población universitaria entrevistada

Sector	Cantidad	Porcentaje	Observaciones
Estudiantes	17	56,66 %	Facultades de Artes, Ingeniería, Filosofía, Enfermería, Psicología, Derecho, Ciencias
Profesores	6	20 %	Facultades de Artes, Filosofía, Psicología, Ingeniería
Directivas	4	13,3 %	Carreras de Artes Escénicas, Artes Visuales y Estudios Musicales
Servicios generales	3	10 %	Personal de la cafetería y de seguridad
Total	30	100 %	

Fuente: elaboración propia, Semillero AC-PM.

1 El foco es la Pontificia Universidad Javeriana, institución ubicada en el centrooriente de Bogotá, Colombia.

2 Los semilleros en cuestión son el Semillero Análisis Crítico y Pensamiento Musical (AC-PM), del Departamento de Música, y el Semillero GEMASA de la Facultad de Enfermería de la PUJ.

El modelo de entrevista individual permitió que la variedad y la cantidad de preguntas ocurrieran de acuerdo con el criterio del entrevistador y en concordancia con la disponibilidad del entrevistado; sin embargo, dos preguntas debían estar incluidas de forma obligatoria en algún momento de la conversación, procurando que surgieran orgánicamente dentro del diálogo y sin inducir o forzar las respuestas: 1) ¿puede la música generar bienestar? y 2) ¿puede la música ser violenta? Por supuesto, durante cada entrevista estas preguntas fueron formuladas de maneras distintas por cada pareja, pero el objetivo era el mismo: obtener información explícita que estableciera una relación certera entre la música y los dos conceptos transversales para la investigación.

Antes de cada entrevista, cada pareja debía repartirse las labores que realizaría en medio de la charla: 1) liderar la conversación y hacer las preguntas correspondientes y 2) hacer el registro de audio y tomar apuntes que pudieran aportar al proceso de análisis de la información. Todas las grabaciones fueron guardadas en un único archivo al que solo tenían acceso los miembros del grupo de investigación.³ En la siguiente tabla se resumen las preguntas que cada pareja debía tener como guía para realizar la entrevista.

Tabla 2.

Preguntas guía para todas entrevistas

¿Escucha música? ¿Con qué frecuencia escucha música?
¿En qué lugares o espacios escucha música?
¿Escucha música acompañado o solo? ¿Quién escoge la música?
¿Para qué y por qué diría que escucha música?
¿En qué lugares o espacios escucha música?
¿Cuáles son sus preferencias musicales y por qué?
¿Existe algún tipo de música que le produzca bienestar o que lo asocie con esa idea o sensación?
¿Existe música que la asocie con intranquilidad, molestia o incluso violencia?
¿Qué importancia tiene para usted la letra de las canciones?
¿Cuál puede ser el papel de la música en la sociedad actual?

Fuente: elaboración propia, Semillero AC-PM.

³ Es importante mencionar que, del grupo original de seis miembros investigadores que participaron en la formulación del proyecto y en el proceso de entrevistas, solo quedaron tres para el análisis de los datos y para la escritura del artículo, ya que, como suele ocurrir en este tipo de proyectos, algunos se retiraron por razones de índole personal. Sea este el momento para agradecer su activa participación en las fases iniciales de este proyecto de investigación.

Como puede deducirse, muchas de las preguntas se diseñaron con el fin de lograr un diálogo fluido y de confianza en el que el entrevistado se adentrara poco a poco en el tema, procurando que estuviera tranquilo y sin prevenciones frente al hecho mismo de la entrevista. La pregunta sobre la relación con la violencia siempre fue una de las últimas en ser formuladas y, adelantándonos un poco a las conclusiones, en la mayoría de los casos causó bastante sorpresa en los entrevistados, ya que muchos nunca habían pensado que la música pudiera asociarse, en algún sentido, con la violencia; en cambio, el bienestar siempre estuvo presente y muchos manifestaron escuchar música con el único fin de sentirse bien. En estas percepciones se profundizará a lo largo de este escrito.

Adicionalmente, y de acuerdo con las recomendaciones para el manejo de datos de la institución a la que está adscrito el semillero, todos los entrevistados firmaron un consentimiento informado y la mayoría lo reiteró verbalmente al inicio de la grabación de audio, con el fin de avalar la utilización de la información proporcionada y permitir el uso de las respuestas con propósitos exclusivos de esta investigación y con la clara anonimización de los datos personales que pudieran conducir a la identificación de los participantes. En algunos casos, el consentimiento se firmó después de la entrevista; sin embargo, ningún entrevistado desistió de hacerlo o puso condiciones para el uso de la información.

Una vez consolidada la información de las entrevistas, se procedió a categorizar los datos, para lo cual se buscaron palabras, ideas y comentarios que se reiteraran en las respuestas, al tiempo que se separaron las que aparecían como singulares o únicas. Cada pareja expuso la información grabada y anotada, y esta se contrastó con la de los demás equipos con el fin de encontrar puntos en común y establecer así las categorías que reflejaran percepciones comunes. Las dos categorías grandes surgieron de los conceptos de bienestar y violencia y, desde allí, la información agrupada se distribuyó en subcategorías. Las respuestas singulares también se unieron a los grupos, pero con el fin de hacer contrapeso a la idea principal y mostrar así la diversidad y divergencia que puede encontrarse en la percepción de una comunidad particular.

Si bien en este tipo de investigaciones de carácter cualitativo puede haber información que se descarte por diversas razones y en diferentes momentos del estudio, para esta investigación fue claro que el objetivo principal

era detallar la *percepción general* de una comunidad —de acuerdo con el modelo—, pero tomando como referente las particularidades de sus miembros; por lo tanto, toda la información recogida debía ser tenida en cuenta, bien como idea principal de una de las categorías o subcategorías, bien como una idea antagonista. En ese sentido, los resultados que se presentan a continuación buscan reflejar los consensos y disensos de los miembros de una comunidad universitaria, en relación con las percepciones particulares de algunos de sus miembros sobre la escucha musical y su conexión con el bienestar y la violencia.

Los resultados: oír o no oír, esa es la cuestión

En los tiempos que corren parece casi imposible escapar de la música. Por doquier hay canciones sonando, especialmente en las zonas urbanas y en las metrópolis. Resulta difícil huir de ellas y encontrar personas que no tengan una relación directa, cercana y permanente con la música. De hecho, para todos los entrevistados la música forma parte de su vida, y para algunos, incluso, resulta tan esencial que no se imaginan la vida sin ella. Y ahora, gracias a los avances tecnológicos de las últimas décadas, el acceso a la música está más que garantizado para cualquiera que esté dispuesto a escuchar. Los celulares, que abundan, parecen ser el modo más fácil y certero para lograrlo y los audífonos, la forma de garantizar privacidad y exclusividad. No parece importar si se está en el trabajo, en el hogar o desplazándose a alguno de estos espacios: el sonido hecho canción está al alcance. Algunos pueden poner determinada canción para concentrarse, recordar otro tiempo o a otra persona, o simplemente para mejorar su estado de ánimo. Sea cual sea la razón por la que se escucha música, esta llena un espacio considerable en la vida de las personas que vale la pena revisar con atención.

Las preguntas guía de las entrevistas se enfocaron, en un primer momento, en determinar el contexto social, espacial y temporal en el que el participante escuchaba música. Luego, se centraron en conocer las razones por las que la persona lo hace en el ambiente descrito. Por último, se preguntó por los efectos que el participante pudiera identificar en sí a partir de esta escucha musical. Según la información obtenida y el enfoque inicial de la investigación, se presentan a continuación dos categorías de análisis, cada una con subcategorías internas, que evidencian tendencias similares en las respuestas de los participantes

y permiten establecer una clasificación útil en cuanto a claridad y esquematización de la información obtenida. Las dos categorías de presentación de los resultados son “Música y bienestar” y “Música y violencia”.

Música y bienestar: relajarse, disfrutar, sanar y gozar

Una de las conceptualizaciones del término bienestar que nos ayudan a comprender los resultados de esta investigación es la establecida por la doctora Carol Ryff en su artículo de 1989 titulado “Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being”. Como lo menciona su título, el término es literalmente bienestar psicológico y se compone de seis grandes aspectos que habían sido trabajados individualmente en numerosas tendencias teóricas anteriores a este estudio, y que Ryff se encarga de concretar y agrupar en una propuesta alternativa para definir el bienestar psicológico: autoestima, relaciones positivas con otros, autonomía, maestría en el manejo del ambiente, propósito en la vida y crecimiento personal.

Ryff establece la autoestima como poseer una actitud positiva hacia uno mismo y define las relaciones positivas como tener relaciones cálidas y de confianza con otros y poseer una alta capacidad para desarrollar empatía. En ese sentido, la autonomía consiste en ser independiente, resistir presiones sociales y regirse bajo estándares personales. La maestría en el manejo del ambiente se refiere al uso efectivo de las oportunidades del entorno, de tal manera que benefician al sujeto. Una persona con bienestar psicológico posee metas y objetivos en su vida, así como la sensación de que la vida pasada y presente tiene un sentido. Por último, Ryff establece el crecimiento personal como una sensación de desarrollo continuo y de verse como alguien que crece continuamente (Ryff, 1989, p. 1071).

Por otro lado, la relación entre la música y el bienestar que esta puede generar en una persona ha sido ampliamente investigada y analizada, ya que es inevitable que la música genere emociones, afectos y estados de ánimo en las personas. Patrik N. Juslin *et al.* indicaron que “las emociones musicales importan. Ellas enriquecen las experiencias musicales de los oyentes de maneras profundas” (2022, p. 11), lo que implica que tal profundidad ocurre en el terreno de lo afectivo-emocional. De igual modo, Ferreri *et al.* (2019) y MacDonald *et al.* (2012) añaden que las emociones generadas por la música también podrían tener implicaciones para su bienestar y salud.

Con esto en mente, se establecen cuatro subcategorías de análisis para la sección de “Música y bienestar”: música para obtener calma y tranquilidad, música con el trabajo, música y recuerdos, y música como entretenimiento. Dichas categorías se basan en la continuidad y repetición de la mayoría de las respuestas frente a la pregunta ¿por qué y para qué escucha música?

Música para obtener calma y tranquilidad: en busca de la paz interior

Una de las respuestas más comunes de los participantes fue que utilizaban la música para sentirse bien: relajarse, apaciguarse o sentirse tranquilos y en calma, especialmente frente a sentimientos como la desmotivación, la soledad y la ansiedad. Sobre este último sentimiento en particular, una estudiante de Ingeniería de Sistemas manifestó que la música, especialmente del género *indie*, “le ayudaba a controlar la sobreestimulación de sus pensamientos”. Un profesor de esta misma facultad afirmó que le ayudaba “a entrar en un estado de bienestar y armonía”; otro aseguró que la música instrumental “le brindaba tranquilidad y relajación”, e indicó como ejemplos la música para piano, cuerdas, vientos y la música celta; afirmó que “en estos estilos encuentra calma para organizar sus ideas” y reconoció su fuerte influencia en su estado anímico.

Adicionalmente, una estudiante de bacteriología señaló que la música que consideraba triste le proporcionó “consuelo para afrontar duelos como una ruptura amorosa o el fallecimiento de un ser querido”, pues podía “conectarse e identificarse con ella emocionalmente”. También hizo referencia a usar la música para generar un cambio de actividad con el fin de relajarse, por ejemplo, del trabajo al descanso, y describió así un sentimiento de gratificación. Además, la empleaba para acompañarse y aumentar su motivación durante actividades cotidianas como arreglarse por las mañanas, viajar en bus, realizar el aseo del hogar o hacer ejercicio físico.

Aquí pueden evidenciarse muchas maneras en las que la música es usada como ayuda para entrar en un estado de calma y tranquilidad: como forma de controlar y manejar un exceso emocional que algunos consideraron perjudicial, como apoyo para sobrellevar momentos difíciles como el duelo y como manera de estimular las actividades cotidianas y el trabajo. Si se toman en cuenta las categorías definitorias del bienestar psicológico, se puede afirmar que la búsqueda de algunos participantes por moderar

sus pensamientos y emociones se puede relacionar con la categoría de autonomía, particularmente con la capacidad de “regularse a sí mismos, y evaluarse según sus propios estándares” (Ryff, 1989, p. 1071). Junto a esto, incentivar ciertas actividades con la música puede entenderse como un manejo que la persona hace de su ambiente, con el propósito de adecuarlo a sus necesidades personales. Si bien las categorías de Ryff no mencionan explícitamente el duelo, es evidente que un momento de esta magnitud afecta en múltiples aspectos la vida de una persona, lo cual se conecta con al menos cinco de las seis categorías propuestas: relaciones positivas con otros, autonomía, maestría en el manejo del ambiente, propósito en la vida y crecimiento personal.

Música con el trabajo: un arma de doble filo

No es inusual que la gente use la música para acompañar las diversas labores diarias, ya sea como alivio, diversión o, simplemente, para crear un ambiente ameno. No obstante, algunas labores se prestan más para que la música se integre de forma efectiva y no interfiera con las actividades, mientras que otras parecen no compaginar adecuadamente debido a su demanda de alta concentración. Por supuesto, no es fácil establecer trabajos específicos en los que se pueda decir que la música entorpece o no la labor, pero, si se parte de la experiencia y su generalización, podrían establecerse unas categorías generales en las que ciertas actividades permiten un mejor entrelazamiento con la música, mientras que otras lo permiten en menor medida: 1) oficios que demandan esfuerzo físico y son repetitivos y 2) oficios de naturaleza menos física, pero que requieren altos niveles de concentración. El primero hace referencia a trabajos en los que la acción física constante es determinante y la música no interfiere con la labor ejercida, sino que, por el contrario, la hace más llevadera y proporciona cierto alivio psicológico, mental y emocional.

Por otro lado, la segunda categoría hace referencia a oficios de baja demanda física, pero que requieren una alta concentración; aquí la escucha de música podría ocupar una parte o toda la actividad mental e interferir con el trabajo en cuestión. La mayoría de los participantes de esta investigación ocupan roles en la universidad que los ubican dentro de la segunda categoría, pero también hay otros cuyas actividades principales son más físicas y repetitivas, como es el caso de los trabajadores del servicio de alimentación.

Una directiva de la Facultad de Artes, que ejemplifica el segundo caso, afirmó que, si bien escucha “música en gran parte de su día”, no puede hacerlo durante las actividades laborales, ya que le impide concentrarse: “Me distrae y me puede hacer cometer errores”. De igual forma, un estudiante de Enfermería afirmó que, dadas las condiciones, espacios y circunstancias en las que debe ejercer su práctica, “es imposible escuchar música, ni siquiera con audífonos”, ya que puede entorpecer los buenos procedimientos para llevar a cabo la labor y “poder estar atento a lo que se necesita”.

Por otro lado, algunos admitieron usar música en actividades que no implican una responsabilidad en cuanto a la creación o toma de decisiones. Por ejemplo, estaba el caso de la lectura para el entretenimiento o la formación; para algunas personas, la música y, en particular, la incidental, “mejora el enfoque de lo que se está leyendo, ya que se fusiona con las historias que se leen, les da un nuevo panorama y contribuye con la imaginación”. Además, algunos manifestaron que contribuye con el proceso de memorización de información al tener un agente externo con el cual asociar lo que se está aprendiendo. Otros participantes aseguraron que pueden realizar sus actividades con música siempre y cuando sea instrumental o *clásica* — varios coincidieron en este aspecto —, para así evitar que los distraiga el contenido explícito de la letra. A pesar de esto, también manifestaron la preferencia por la ausencia de música cuando se ejecutan actividades que requieren alta concentración. Vale la pena recalcar que la mayoría de los participantes que manifestaron no querer escuchar música cuando están concentrados en sus labores profesionales o académicas dijeron que seguramente sí tendrían que escuchar música después de terminar su trabajo para “relajar y descansar la mente”.

Como se comentó anteriormente, todos estos ejemplos evidencian una intención de los participantes por modificar su ambiente y el contexto al momento de estar trabajando, algo que indica un intento por llegar a un estado de bienestar. Además, ser capaz de identificar si una canción en particular afecta o potencia la tarea que se realiza es una muestra de un ejercicio de autoconciencia y autoevaluación que demuestra, implícitamente, una preocupación por el estado de ánimo actual y sus capacidades a largo plazo para cumplir con lo que sus profesiones exigen. Aunque se reconoce que la situación de cada participante es particular y que las razones de sus comportamientos son

difíciles de estandarizar, estos ejemplos sí evidencian un patrón de acciones que los inserta dentro de las categorías establecidas de bienestar psicológico: autonomía, maestría en el manejo del ambiente y crecimiento personal.

Música y recuerdos: todo tiempo pasado fue mejor

Recordar es una actividad fundamental para los humanos, tanto para su estado emocional como para su actuar diario. Alan Baddeley *et al.* (2025) escriben, en la cuarta edición del libro *Memory*, que “a pesar de sus limitaciones, nuestras memorias falibles juegan un papel absolutamente crucial en nuestra habilidad para funcionar independientemente en nuestro mundo complejo” (2025, p. 1, traducción propia). Al recordar, los humanos procesan y guardan diferentes situaciones con un contenido emocional específico, y emplean distintas secciones del cerebro. Luego, aparece un estímulo activador que afecta esas redes neuronales que almacenan el recuerdo y genera una respuesta cognitiva y emotiva frente a él. La música comúnmente es uno de esos estímulos activadores; su capacidad para afectar las emociones le da la habilidad de intervenir en los procesos de memorización humana. Según explica Antonio Matas en su investigación sobre la relación entre el recuerdo de situaciones con un contenido emocional específico y cierto tipo de música:

Los procesos de nuestra vida se procesan globalmente, incluyendo el componente afectivo emocional. Además, este procesamiento implica las distintas partes del cerebro, según su especialización. De esta forma, cuando posteriormente aparece un estímulo activador, la red se activa progresivamente, recuperándose la información disponible en el “almacén” de la memoria. (Matas, 2016, p. 129)

Con ello, es evidente que la música tiene la capacidad de generar recuerdos en las personas, dada su estrecha relación con las emociones y los efectos que estas causan sobre la fisiología y la psicología. En ese sentido, casi todos los participantes mencionaron que la música les generaba diferentes tipos de recuerdos; muchos se refirieron a piezas particulares o géneros musicales específicos. Un estudiante afirmó que una pieza de la banda sonora de una película infantil, que además suena en una escena específica, le recordaba su infancia, cuando la vio por primera vez. Otra comentó que podría recordarle momentos con la familia o amigos en los que una canción sonó de fondo, lo que

generaba una relación directa con el momento en que la escuchó. Una trabajadora de los servicios de alimentación afirmó que los estilos musicales que más le gustaba escuchar eran aquellos que la remontaban a su juventud. Las respuestas de los participantes confirman lo estudiado por Matas sobre el rol de la música como generadora y activadora de recuerdos, pues integra el contenido emocional de ciertas situaciones en la vida de una persona con los hechos específicos que, a partir de dicho contenido emocional, el cerebro decide guardar.

Es importante mencionar que recordar no es necesariamente una actividad cuyo objetivo principal sea generar emociones positivas. Si se toma en cuenta lo descrito por Baddeley *et al.* (2025), recordar eventos traumáticos o perjudiciales, que inevitablemente generan *malestar*, puede ayudar a una mejor toma de decisiones por parte de la persona en una situación particular; incluso, puede significar la supervivencia del individuo en casos de vida o muerte. Según esta idea, cabe notar que, en algunos casos, los participantes no establecieron una relación explícita y directa entre los recuerdos que cierta música les provocó y emociones positivas. De los tres ejemplos anteriores, solo en el último caso esto se insinúa, aunque de manera vaga, cuando la participante describe los géneros musicales que le recordaban su juventud como los que “más le gustaban”.

A pesar de esto, muchos afirmaron que escuchar música de su infancia les generaba buenos recuerdos y asociaron el revivir estas situaciones con una sensación de alegría. Para muchos, la música popular de las décadas de los ochenta y noventa, especialmente el rock en español y la salsa, está entre los estilos que les permiten conectarse con actividades que disfrutaban, como el baile o salir a una fiesta. Adicionalmente, una estudiante de Bacteriología mencionó que evocaba la memoria de un ser querido fallecido con el fin de superar y sanar su pérdida al escuchar géneros que esta persona solía disfrutar en su juventud, así como canciones que compartían y las que la acompañaron en su etapa final. Si bien los recuerdos no necesariamente vienen acompañados de emociones positivas, para muchos participantes los recuerdos que la música les provoca los hacen sentir bien de manera general.

Tomando en cuenta estas respuestas, vale la pena insistir en que la música, como generadora de recuerdos, permite que las personas se sientan bien. Por ejemplo, la participante que escuchaba música para recordar a un ser querido fallecido afirmó estar activamente “buscando



superar y sanar esta etapa”, lo que daba muestras de autoconocimiento, de modificación de su ambiente para llegar a un estado emocional menos negativo e, incluso, de interés por crecer personalmente y manejar el dolor de la pérdida. La mención de la música como generadora de buenos recuerdos durante momentos familiares habla sobre el interés de algunos de los participantes por tener presentes momentos empáticos y constructivos con su familia, algo que manifiesta una buena relación con las personas: la segunda categoría del bienestar psicológico.

Música como entretenimiento: la esencia del goce auditivo

Según lo afirmado por los participantes, dentro de las muchas funciones que cumple la música se incluye también la de generar entretenimiento y disfrute. Las formas en que las personas escuchan y se refieren a la música dan cuenta de su búsqueda de diversión a través de ella. Ya sea en conciertos, entornos privados, con amigos o por cortos periodos de tiempo, la música tiene el potencial de divertir y entretener a quien la escucha y se deja llevar por ella. Si retomamos las categorías de bienestar, se puede suponer la importancia que el esparcimiento tiene en el desarrollo emocional de una persona, lo que indica que el uso de la música con este fin tiene un alto grado de relevancia.

Ir a conciertos para escuchar música en vivo es una de las muestras más claras de la música como fuente de entretenimiento, pues la experiencia sonora se convierte en un evento social en el que la escucha de la música es totalmente activa e intencional, además de ser la razón principal del evento. Así lo expresó un profesor de Ingeniería de Sistemas: “Me gusta mucho ir al Teatro Julio Mario a escuchar la Sinfónica o la Filarmónica; cada vez que sale alguna de estas, allá estoy normalmente. Procuro tener una buena ubicación y audición”.

Otra forma de usar la música como entretenimiento consiste en transformar el ambiente de modo que sea más propicio para el disfrute personal. Por ejemplo, una estudiante de Bacteriología mencionó que ponía música en su casa con el fin de divertirse y bailar, dejándose llevar por el ritmo y la energía de las canciones. Este caso presenta un claro ejemplo de cómo la música, en su función de entretener, potencia y fortalece una de las categorías fundamentales del bienestar: el manejo positivo de las oportunidades que hay en el entorno.

Algunos comentarios le dieron un rol social a la música cuando esta es usada con fines de diversión. Afirmaciones como “escuchar música con la familia, en reuniones, o compartir canciones nuevas con amigos”, como algo emocionante y positivo para los participantes, demostraron que la música no solo entretiene de manera individual, sino que invita al encuentro con otros. Además, es sensato que sea benéfico para las personas escuchar música en entornos sociales, pues mantener buenas relaciones con los demás constituye otra de las categorías de bienestar y una parte esencial del ser humano: socializar.

En otras ocasiones, se manifestó que el placer de escuchar música era pasajero, limitado a la canción que se estuviera escuchando. Otro profesor de la Facultad de Ingeniería comentó que escuchar música le generaba “un poquito de placer; un momento, se acabó la canción y ya, listo”. Esto revela cómo la música también puede insertarse en la vida cotidiana de las personas como un pequeño respiro, algo que produce un placer momentáneo o un instante de escapismo de los problemas personales, algo que también expresaron la mayoría de los entrevistados. Vale la pena recalcar que el hecho de que alguien busque tener un espacio de tranquilidad o paz frente a frustraciones y problemas que lo aquejan es un claro ejemplo de la categoría de autoestima, una muestra de que se considera lo suficientemente valioso como para merecer descanso, respiro y alegría.

Según las respuestas de los participantes, se puede asumir que, más allá de usarse como un apoyo para la concentración, una manera de remontarse a momentos importantes en la vida, una forma de relajar el cuerpo o un medio para emocionarse y divertirse, la música es algo que logra interpelar la fisiología de las personas y generar una sensación de bienestar. Las maneras en que los participantes utilizan la música están directamente ligadas a modificar o interactuar con una o varias de las categorías que la doctora Ryff expuso como parte del bienestar psicológico.

Música y violencia: el diablo está en los detalles

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS), “la violencia es el uso intencional de la fuerza física o el poder real o como amenaza contra uno mismo, una persona, grupo o comunidad que tiene como resultado la probabilidad de daño psicológico, lesiones, la muerte, privación o mal desarrollo” (OPS, 2003, p. 25). Al momento

de relacionar este concepto con la música, es frecuente encontrar en la literatura la asociación de la violencia con determinados estilos musicales. Generalmente, esta idea es sustentada por medio del análisis del contenido lírico de canciones cuyos mensajes son calificados como ofensivos o discriminatorios, y de cómo estos influyen en el contexto social en el que se encuentran.

Por otro lado, se ha reconocido que históricamente ha habido usos de la música que podrían catalogarse como violentos. Un ejemplo de ello es el uso de la música con fines de tortura psicológica en los campos de concentración nazis, cuyos detalles pueden encontrarse en los relatos de casi todos los sobrevivientes:

Interpretada por pequeñas orquestas durante la salida al trabajo por la mañana o el regreso al campo por la noche, así como durante el pase de lista, las ejecuciones, los castigos, o simplemente por altavoces, la música participaba en el proceso de tortura, exacerbando el sufrimiento físico y mental infligido a los prisioneros (Petit, 2020).

Este tipo de casos se han repetido y reconocido en diferentes momentos de la historia con propósitos similares. Sin embargo, a pesar de que pareciera encontrarse un vínculo directo entre la música y la violencia, cabe preguntarse si la carga intencional de estos actos realmente puede adjudicarse a la música en sí misma.

De manera semejante a las reflexiones existentes sobre estos temas, los entrevistados expresaron sus ideas frente a la pregunta: ¿considera que la música puede llegar a ser violenta? Esta duda llevó a pensar sobre los límites y la definición de este concepto. Desde una perspectiva general, la mayoría de los participantes afirmaron que la música no es violenta. Cabe resaltar que entre algunos de sus argumentos se explicó la diferencia entre el sentimiento de incomodidad o molestia, en contraposición con el hecho de sentirse violentado.

En diferentes situaciones, “la música que suena no es la que a uno le gusta y entonces se vuelve una tortura”, comentó una estudiante de Enfermería, y añadió:

Esto no es que implique violencia en un sentido estricto sino que, decir que es violenta, es solo una forma de expresar una simple incomodidad, ya que a todos no nos tiene porque gustar lo mismo, así que es cuestión de gustos y, a veces, hay que ser tolerante y soportar la música de los demás.

Esta última idea también fue apoyada por una vigilante, quien recalcó que cada persona es libre de escuchar lo que desee, y enfatizó en la importancia de respetar estas preferencias.

Desde esta línea, los participantes reflexionaron acerca de dos temáticas principales, las cuales se agrupan en las siguientes subcategorías: 1) la violencia detrás de las letras y 2) el caso del reguetón y otros, a los cuales se tiende a asociar con la violencia. En la primera parte se indaga sobre cómo el mensaje de las canciones puede ser un elemento que propicie la violencia, dirigiéndose a la manera en que su contenido afecta y se refleja en la realidad social. Por otro lado, existen géneros que popularmente han sido señalados como violentos, así que en esta sección se profundiza acerca de cuáles son las concepciones que hay sobre estos y por qué existen dichas percepciones sobre los mismos, especialmente el reguetón.

La violencia detrás de las letras: el poder oculto de las palabras

En la literatura revisada sobre cómo pueden vincularse la música y la violencia, es recurrente encontrar análisis enfocados en los textos de las letras de las canciones y cuál es su impacto en la sociedad. La metodología de estas investigaciones se basa en reconocer mensajes dentro de las canciones que puedan propiciar o rechazar la violencia. Para analizar estos discursos, Hormigos-Ruiz *et al.* (2018) explican que es necesario comprender la modalidad de escucha de una canción, ya que esta condiciona la percepción y el interés que el público tiene sobre ella.

En primer lugar, la escucha simple, la cual consiste en un acercamiento primario, confortable y acrítico a la temática de la canción donde interviene más el gusto por un estilo de música concreto que la percepción real del mensaje. En este caso, nos fijamos poco en el significado e interpretamos con base en un discurso aprendido de la experiencia social. [...] En segundo lugar, la escucha atenta parte de la idea de que las canciones, en muchos casos, comunican algo más que la mera forma y los significados derivados de usos y etiquetas culturales; comunican una forma de sentir propia de un determinado grupo social. Por tanto, a la hora de realizar este tipo de escucha se busca asociar el texto de la canción al contexto social donde se crea o en el

cual se reproduce. (Hormigos-Ruiz *et al.*, 2018, pp. 79-80)

De modo similar a este último tipo de escucha, algunos de los entrevistados señalaron que, si bien la música no es violenta, los discursos en sus letras tienen un impacto que puede llevar a contrarrestar la violencia o propiciarla. Un ejemplo de esto fue dado por un estudiante de Derecho, quien manifestó que “una persona homosexual podría sentirse afectada si la letra de la canción contiene un mensaje homofóbico”. Así, la música entendida como fenómeno sonoro no es el factor que hace sentir violentado a un individuo o comunidad. El elemento aquí son las letras, el impacto que tienen en la sociedad y cómo la reflejan. Acerca de esto, un profesor de Ingeniería de Sistemas comentó lo siguiente:

Si tú tienes una letra y la pones, hay gente que la escucha, la interioriza y eso evangeliza. Y por el contrario, si la letra dice que no va a hacer el amor, sino hacer la guerra o matar a alguien, que hay que ser intolerante, creo que eso se mete mucho en la cabeza. La música en sí nunca es violenta, no entiendo cómo una música puede ser violenta. Tal vez estimule la violencia de pronto, pero la música en sí misma no es violenta. Es vulgar, si puede ir, no sé, contra determinado grupo étnico. Tal vez puede ser racista o ir en contra de las mujeres. Pueden tener un contenido explícito y ofensivo. (Comunicación personal)

De manera similar, una estudiante de Artes expresó que la música no puede ser violenta; sin embargo, aclaró que “las letras de las canciones son un reflejo del pensamiento que hay en la sociedad” y la importancia de entender el contexto en el que se encuentran: “De hecho el reggaetón sí tiene letras bastante fuertes; siento que describen como estamos ahorita como sociedad. No creo que la música sea la fuente de esa violencia, sino que es algo que se ve reflejado ahí”.

Estas percepciones no se manifiestan por primera vez entre los miembros de esta comunidad universitaria; de hecho, es posible encontrar registro de ellas en un artículo publicado en la revista *Hoy en la Javeriana* (Pontificia Universidad Javeriana, 22 de noviembre de 2024), titulado “¿Qué opinión tienes de la representación de la mujer en las letras del reguetón?”. A esta pregunta respondieron

estudiantes de diferentes carreras, y sus respuestas coinciden bastante con las de este estudio, pues resaltan la manera en que las letras, y no la música, dan un mensaje que afecta negativamente a la mujer y a la sociedad.

En ese sentido, las respuestas de los entrevistados refuerzan una idea común: la música, en sí misma, no es violenta; no obstante, las letras de las canciones pueden tener un contenido que incite a la violencia o promueva mensajes de odio. Esto abre la puerta a reflexionar sobre la importancia de promover un tipo de escucha crítica para la interpretación y el cuestionamiento del contenido lírico. Las letras no se limitan a la expresión de emociones y anécdotas personales; también pueden ser una influencia en las actitudes y comportamientos de las personas. De este modo, los discursos transmitidos a través de la música tienen un impacto cultural, en el que se reflejan y, a la vez, moldean los pensamientos y contextos de una sociedad.

El caso del reguetón y otros: un estigma diferente

Actualmente, es común encontrar personas que, más allá de identificar canciones particulares como violentas, atribuyen dicha característica a un género musical en su conjunto. Algunos ejemplos señalados por los encuestados fueron el reguetón y el *heavy metal*, y el primero fue el más resaltado. Más allá de la opinión popular, se han escrito bastantes artículos al respecto, en su mayoría con el propósito de demostrar cómo la gente identifica o no los elementos violentos intrínsecos de estos géneros. Lo anterior amerita una revisión cuidadosa, pues demuestra que mucha de la literatura existente no se enfoca como tal en identificar si algunos géneros musicales pueden ser descritos como violentos, sino en resaltar cómo algunas personas, al parecer, pasan por alto la violencia que, según los artículos, ya está establecida en estos géneros.

Un ejemplo de ello es el artículo “Goce sin límites: manifestaciones misóginas en canciones de reggaetón”, de Alondra Alzívar-Lorenzo *et al.* (2021). En él indican que su propósito fue “analizar el contenido violento, sexual, misógino y de odio en canciones de reggaetón y su relación con el término psicoanalítico goce sin límites” (Alzívar *et al.*, 2021, p. 1). De forma similar, María José Medina, Valeria Berrio y Maura Sandoval, en su trabajo de grado como trabajadoras sociales titulado *Más allá del “perreo”: un enfoque crítico a las narrativas de violencia de género enfocadas a la mujer en el reggaetón, por intérpretes colombianos y puertorriqueños*, establecen como su objetivo general:

Analizar las narrativas de violencia de género enfocado a la mujer en las canciones de música reggaetón originarias de Colombia y Puerto Rico entre los años 2015 al 2022, para entender cómo estas narrativas refuerzan o desafían los estereotipos de género y la violencia contra las mujeres. (Medina *et al.*, 2024, p. 7)

Siguiendo esta línea, Carolina Gutiérrez Rivas realizó un estudio exploratorio sobre la construcción de la violencia de género en las letras de reguetón interpretado por mujeres, con lo que quiso “mostrar que ciertos elementos lingüísticos [...] incitan a la violencia de género de maneras, posiblemente, imperceptibles para el público general” (Gutiérrez, 2010, p. 49).

Al igual que los anteriores, muchos otros estudios se enfocan en la relación, para algunos definitiva, entre ciertos géneros musicales y la violencia de la sociedad. Naturalmente, este fue un aspecto que apareció constantemente en las preguntas formuladas a los participantes de este trabajo, en las que se identificaron respuestas acordes con las posiciones anteriormente descritas, con modificaciones o llanamente contrarias. Para una profesora y directiva de Artes, “el reggaetón es el símbolo de la música violenta actual”, ya que encarna un modelo cultural en el que, de forma explícita, “se violenta a la mujer”, con letras que la reducen a ser “un objeto sexual que puede ser usado y maltratado”. Por estas mismas razones, una trabajadora del personal de cafetería expresó que no escuchaba este género y afirmó que lo consideraba violento.

A diferencia de las opiniones anteriores, en las que hay una relación directa entre el género y la provocación de violencia, una estudiante de Interpretación en el programa de Música hizo énfasis en un detalle distinto: de acuerdo con ella, no escuchaba reguetón porque “genera una imagen errónea de lo que son las relaciones tanto sexuales como interpersonales”. Sin embargo, recalcó que no utilizaría el término violento para describirlo.

En ese sentido, un profesor de Ingeniería afirmó que, aunque escuchaba reguetón por recomendación de su hija, no le gustaba el “reggaetón nuevo”, particularmente porque algunas de sus letras le parecían “ofensivas y muy explícitas”. Con una perspectiva un tanto diferente, otra estudiante indicó que, si bien consideraba que el reguetón tenía letras “bastante fuertes”, estas son más un espejo de la sociedad que algo directo por parte del género musical. En sus palabras:

No hay que repudiarlo [al reguetón], pues describen cómo estamos como sociedad y es algo que no se puede negar. Más que ser violentas, representan o reflejan algo [...], una canción como tal no puede ser violenta, aunque entiendo que podría afectar.

Si bien la perspectiva de cada uno de los entrevistados aquí expuestos tiene sus particularidades, ya sea que clasifiquen este estilo como violento o no, coinciden en referirse al reguetón como un género que les produce incomodidad y resaltan el mensaje de sus letras. Sin embargo, algunos entrevistados no parecen compartir esta idea, ya que muchos de ellos escuchan frecuentemente canciones de reguetón y lo usan con fines de diversión y relajación personal. Un ejemplo de ello es lo que manifestó una profesora de Enfermería, que dijo que esta música formaba parte de un grupo de géneros que podía “escuchar sin problemas en las mañanas”, ya que le permitían “estar activa y alegre para empezar el nuevo día”. Si bien reconocía que algunas letras tienen un lenguaje sexual explícito que podría interpretarse como denigrante hacia las mujeres o hacia los seres humanos en general, para ella esto no implicaba que el reguetón fuera violento *per se*, ya que hoy en día y en nuestro contexto “la música no se impone, sino que puede ser elegida o no de acuerdo con los gustos personales, por lo tanto no es violenta”.

Curiosamente, otro género apareció más de una vez como violento u hostil en las respuestas de los participantes: el *heavy metal*, categorizado indistintamente con otros géneros como el rock pesado. Un profesor de Ingeniería afirmó que el *heavy metal* le generaba incomodidad:

El metal duro, supongo que por el ritmo, te acelera o te da adrenalina para algo. [...] no digo que en todos porque hay personas que les gusta y manejan muy bien sin que influya en sus emociones, pero en otras pienso que de alguna manera puede llevar a sentirse poderoso y que nada va a pasar [...], así que sí creo que propicia la violencia.

En el mismo sentido, una estudiante de Ingeniería comentó que no le gustaba el *metal* debido a que sentía un rechazo hacia lo “fuerte que sonaba lo instrumental”, y más adelante comentó que esta música

en algún punto puede llegar a ser violenta. Por ejemplo, cuando se hacen *pogos* con *metal* de fondo, lo considero violento en ese sentido. No es por la letra, sino por lo que forma alrededor de la gente que está escuchando la música.

Las respuestas de los participantes indican caracterizaciones diversas ante una posición común: sentir malestar al escuchar música clasificada como parte de algunos géneros musicales en específico. Ahora, vale la pena recalcar que, frente a su caracterización como violentos o no, se encontraron perspectivas más complejas y difíciles de determinar. En un único caso hubo una afirmación directa que caracterizaba al reguetón como violento, mientras que en otros era el contexto lo que lo podría hacer así, o simplemente no habría manera de considerarlo violento en sí mismo, sino un reflejo de comportamientos sociales violentos.

Si bien es cierto que en las perspectivas analizadas fue recurrente el sentimiento de incomodidad, es importante diferenciar esto del concepto de violencia y recordar la definición referenciada al inicio del apartado. Claramente, el lenguaje es un medio que nos permite comunicar y

expresar múltiples ideas y sensaciones de diversas formas, y las palabras que usamos en la cotidianidad no siempre buscan expresar lo que las instituciones o entidades oficiales definen literalmente; de hecho, lo que estos organismos buscan es sistematizar, agrupar y reducir a unas cuantas definiciones, a través de la generalización, los términos, conceptos y expresiones que usamos diariamente, con el fin de tener algún tipo de respaldo objetivo que sirva para entendernos globalmente, a pesar de que esos límites son superados constantemente en la cotidianidad.

Conclusiones: el bienestar es lo esencial y la violencia una duda

Cuando al comienzo de este escrito se afirmó que la música es más que *simplemente* música, nos referimos a que las extensiones precedentes y consecuentes de la música son múltiples y variadas, por lo que no es fácil aislar el fenómeno sonoro y sus implicaciones sociales del contexto al que pertenece. De hecho, podría parecer redundante decir que la música es un reflejo del universo social de los seres humanos; sin embargo, la aclaración resulta pertinente en este escrito, ya que muchas veces se confunden —y se funden— sujeto y predicado, forma y contenido, contexto, pretexto y texto.

Ejemplos de esto pueden encontrarse en el blues, el jazz, el rock, la salsa o el *hip hop*, los cuales no podrían catalogarse simplemente como géneros musicales, ya que lo que los define va más allá de lo meramente musical. Sin embargo, también puede verse cómo la música se desprende de su origen y nos hace creer, ingenuamente, que así ha sido siempre y que así lo será, cuando en realidad sus raíces son las que la soportan y alimentan. Esas raíces son, justamente, las que conectan las distintas músicas y sus géneros con el bienestar; parece que el motor primario es justamente sentirse bien, cantar para ser feliz y bailar para estar mejor. De alguna manera, la música es una dadora de bienestar humano: de calma, de compañía, de regocijo, de entretenimiento, de consuelo, de recordar para soñar y para vivir.

Esa es una de las conclusiones más importantes de este estudio. La búsqueda del bienestar parece ser una de las razones principales por las cuales escuchamos música tan intensa y frenéticamente. Cualquiera que sea la acepción o definición de bienestar, la música ocupa uno de sus lugares privilegiados, si no el más importante. Las letras, además, suelen contribuir y sumarse a ese estado de alegría, tranquilidad y consuelo, pero a veces también pueden ser las que ocasionan el sentimiento contrario. Una letra mal entendida, o un texto no traducido, pueden ser el detonante preciso para que el sentimiento cambie hacia determinada canción una vez que se ha comprendido. En ese sentido, tal vez Hoffmann tenga razón cuando afirma, en uno de sus cuentos, que “¡con cuánta frecuencia [había sido] regañado despiadada, insensible e impasiblemente, cuando de forma incontenible [salía] corriendo de la habitación, tan pronto como se abría el piano, o esta o aquella dama tomaba la guitarra y se ponía a canturrear!” (2019, p. 106). Con ello quiere resaltar el hecho de que el sonido hecho música —y sus percepciones *a priori* y *a posteriori*— puede tener múltiples aristas e interpretaciones: lo que para unos puede ser un sonido *celestial*, calmo y relajante, en otros puede provocar emociones que se asemejan a la molestia, la inconformidad e, incluso, la violencia.

Es, quizás, por eso que muchos de los entrevistados afirmaron, con cierta contundencia, que la violencia se encontraba en las letras y no en la música misma, aunque algunos hayan vacilado un poco o se hayan quedado perplejos al reconocer que eso podía pasar: que las letras no son la música misma, sino que, más bien, se insertan en ella, y su fuerza y poder sobre la psiquis y el cuerpo es de tal magnitud que pueden hacernos creer que sin ellas la música no tendría sentido o no habría música siquiera que escuchar. Podrían darse debates prolongados sobre esta idea, y ojalá este artículo sea un provocador más de algunos de ellos en el futuro; sin embargo, para efectos de esta investigación, la conclusión más importante y consolidada, salvo contadas excepciones, es que la música no es violenta, ni siquiera si se consideran las letras como parte esencial de las canciones. La violencia está por fuera de los límites de lo musical y solo podría ser considerada como tal si la intervención humana la convierte en un vehículo para transportar el odio y la discriminación.

Concluir que la música no es violenta no es, por lo tanto, un capricho o una interpretación sesgada de lo que dijeron los participantes, sino, más bien, una consecuencia directa de sus afirmaciones explícitas, en relación con la definición del concepto de violencia de la OMS. Las afirmaciones en las que se diferencia la incomodidad y la molestia frente a lo verdaderamente violento resultan esenciales para sustentar esta conclusión, ya que establecen distinciones fundamentales entre conceptos que bien podrían confundirse o intercambiarse de forma equivocada.

La pregunta que queda resonando en el ambiente es si las letras de las canciones pueden considerarse como un componente activo y directo de la música o si, por el contrario, son un agente externo que se inserta deliberadamente en lo musical. Si bien el objetivo nunca fue responder a esta inquietud en este estudio, nos aventuramos a dar una respuesta contradictoria antes que definitiva o concluyente: las letras de las canciones son y no son parte de la música; algo así como las dos caras de una moneda. Según hacia dónde miren y según quién las mire, las letras pueden llegar a ser consideradas un elemento más del hecho sonoro, como la melodía, la armonía, el ritmo y el timbre, o, por el contrario, un fenómeno extramusical que tiene su origen en lo social y en lo político.

Finalmente, afirmar si la música es violenta o no es solo un juego de palabras en el que habría que considerar

no solo el fenómeno sonoro, sino la intencionalidad del sujeto que lo crea, produce y reproduce. Claramente, la música no existe más allá del ser humano, ni antes ni después; somos el dios que ha hecho del sonido ordenado un lenguaje con múltiples propósitos, y aunque torturar o violentar no parece haber sido nunca el propósito inicial, la realidad nos ha demostrado, y lo seguirá haciendo, que sí puede propiciar, de forma explícita y directa, que algunos oyentes se sientan incómodos, molestos o, incluso, maltratados y violentados; pero, aun sabiendo esto, la música habrá de considerarse un bálsamo que *lo cura todo*.

Referencias

- Alpízar-Lorenzo, A., Hernández-Muñoz, L., Ledezma-Trujillo, M. C., Linares-Villa, M. A., Rodríguez-Cortés, L., Guzmán-Díaz, G. y Cisneros-Herrera, J. (2021). Goce sin límites: manifestaciones misóginas en canciones de reguetón. *Boletín Científico de la Escuela Superior Atotonilco de Tula*, 8(15), 25-32. <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/atotonilco/issue/archive>
- Baddeley, A., Eysenck, M. W. y Anderson, M. C. (2025). *Memory* (4.ª ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003453536>
- Ferreri, L., Mas-Herrero, E., Zatorre, R., Ripollés, P... y Gómez-Andrés, A. (2019). Dopamine Modulates the Reward Experiences Elicited by Music. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 116(9), 3793-3798. www.pnas.org/cgi/doi/10.1073/pnas.1811878116
- Gutiérrez-Rivas, C. (2010). Estudio exploratorio sobre la construcción de la violencia de género en las letras del reggaetón interpretado por mujeres. *Núcleo*, 22(27), 49-70. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-97842010000100002&lng=es&tlng=es
- Hoffmann, E. T. A. (2019). *Cuentos de música y músicos* (trad. y ed. J. Sánchez López). Akal.
- Hormigos-Ruiz, J., Gómez-Escarda, M. y Perelló-Oliver, S. (2018). Música y violencia de género en España: estudio comparado por estilos musicales. *Convergencia. Revista de Ciencias Sociales*, 25(76), 75-98. <https://doi.org/10.29101/crcs.v25i76.4291>
- Juslin, P. N., Sakka, L. S., Barradas, G. T. y Lartillot, O. (2022). Emotions, Mechanisms, and Individual Differences in Music Listening: A Stratified Random Sampling Approach. *Music Perception: An Interdisciplinary Journal*, 40(1), 55-86. <https://www.jstor.org/stable/48780655>

- MacDonald, R., Kreutz, G. y Mitchell, L. (Eds.). (2012). *Music, Health, and Wellbeing*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199586974.001.0001>
- Matas, A. (2016). Música emociones y recuerdos. En A. Anica (coord.), *Envelhecer no Algarve* (pp. 126-136). Universidade do Algarve.
- Medina-Martínez, M., Berrio-Sarmiento, V. y Sandoval-Romero, M. (2024). *Más allá del "perreo": Un enfoque crítico a las narrativas de violencia de género enfocadas a la mujer en el reggaetón, por intérpretes colombianos y puertorriqueños*. Corporación Universitaria del Caribe (CECAR).
- Organización Panamericana de la Salud (ops). (2003). *Información mundial sobre la violencia y la salud* (Publicación Científica y Técnica n.o 588). Autor.
- Petit, É. (2020). Música y tortura. *Encyclopédie d'histoire numérique de l'Europe*. <https://ehne.fr/es/node/12405>
- Pontificia Universidad Javeriana. (22 de noviembre de 2024). ¿Qué opinión tienes de la representación de la mujer en las letras de reguetón? *Hoy en la Javeriana*. <https://www.javeriana.edu.co/hoy-en-la-javeriana/w/hoy-en-la-javeriana-%C2%BFque-opinion-tienes-de-la-representacion-de-la-mujer-en-las-letras-de-regueton->
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>