



El cuerpo vivido (*Leib*) en intervenciones de movimiento con orientación fenomenológica: una revisión sistemática

The lived body (*Leib*) in phenomenologically oriented movement interventions: a systematic review

Viviana Andrea Arboleda Sánchez¹

Resumen

La fenomenología distingue el cuerpo físico u objetivable (*Körper*) del cuerpo vivido (*Leib*), entendido como condición de la percepción, la experiencia corporeizada en primera persona y el medio a través del cual el individuo se relaciona con el mundo. **Objetivo:** fue analizar las tendencias recientes de la investigación sobre intervenciones terapéuticas con orientación fenomenológica que incorporan el cuerpo vivido (*Leib*), identificando las modalidades de intervención más estudiadas y la evidencia disponible sobre su impacto terapéutico durante los últimos cinco años. **Método:** se realizó una revisión sistemática conforme a PRISMA 2020. Las búsquedas se efectuaron en Scopus y Web of Science entre el 1 de febrero y el 29 de marzo de 2026 e incluyeron artículos empíricos publicados entre 2022 y 2026. Se identificaron 68 registros; tras eliminar duplicados y aplicar los criterios de elegibilidad, 34 documentos fueron examinados y 10 estudios integraron la síntesis final. **Resultados:** predominó la Danza/Movimiento Terapia (DMT). Se observaron también intervenciones de danza en pareja, así como terapias de movimiento y música, desarrolladas en contextos clínicos, educativos, comunitarios y espirituales. Los estudios describieron aportes potenciales en conciencia corporal, regulación emocional, seguridad, elaboración de experiencias traumáticas y construcción de significados. Sin embargo, la evidencia fue predominantemente cualitativa, heterogénea y basada en muestras pequeñas. **Conclusiones:** el *Leib* constituye un eje integrador para comprender la participación del movimiento, la intercorporeidad y la experiencia prerreflexiva en procesos de transformación personal y relacional. No obstante, la evidencia limita la generalización y no permite establecer conclusiones sobre el impacto terapéutico.

Palabras clave: Corporalidad, cuerpo vivido, danza/movimiento terapia (DMT), Leib, revisión sistemática.

Recibido: 02 de junio de 2026
Received: 02 June 2026

Aceptado: 31 de julio de 2026
Accepted: 31 July 2026

¹ Facultad de Ciencias Sociales y Humanas de la Universidad de Manizales. Profesora e Investigadora. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0051-0740> E-mail: varboleda@umanizales.edu.co



Abstract

Phenomenology distinguishes the physical or objectifiable body (*Körper*) from the lived body (*Leib*), understood as the condition of perception, first-person embodied experience, and the medium through which the individual relates to the world. *Objective:* The objective was to analyze recent research trends on phenomenologically oriented therapeutic interventions that incorporate the lived body (*Leib*), identifying the most frequently studied intervention modalities and the available evidence regarding their therapeutic impact over the past five years. *Method:* A systematic review was conducted in accordance with PRISMA 2020. Scopus and Web of Science were searched between February 1 and March 29, 2026, for empirical articles published between 2022 and 2026. A total of 68 records were identified; after duplicates were removed and the eligibility criteria were applied, 34 documents were examined, and 10 studies were included in the final synthesis. *Results:* Dance/Movement Therapy (DMT) was the predominant modality. Partner dance interventions and movement and music therapies conducted in clinical, educational, community, and spiritual contexts were also identified. The studies described potential contributions to body awareness, emotional regulation, safety, the processing of traumatic experiences, and meaning-making. However, the evidence was predominantly qualitative, heterogeneous, and based on small samples. *Conclusions:* The Leib constitutes an integrative framework for understanding the role of movement, intercorporeality, and prereflective experience in processes of personal and relational transformation. Nevertheless, the available evidence limits generalizability and does not support firm conclusions about therapeutic impact.

Keywords: Corporeality, lived body, dance/movement therapy (DMT), Leib, systematic review.

Introducción

La fenomenología de Edmund Husserl, fundada a comienzos del siglo XX, constituye un proyecto filosófico orientado a describir los fenómenos tal como se manifiestan en la conciencia, para lo cual propone la suspensión (ἐποχή) de los supuestos propios de la actitud natural y de las explicaciones naturalistas y psicologistas, con el fin de atender a la manera en que los fenómenos se dan originariamente a la experiencia (Husserl, 2011). En el marco de este proyecto, Husserl desarrolla una distinción antropológica decisiva entre el *Körper*,

entendido como el cuerpo físico u objetivable que puede ser descrito por las ciencias naturales, y el *Leib*, el cuerpo vivido, tal como es experimentado desde la primera persona como condición de posibilidad de la percepción, la acción, la afectividad y la relación con el *Welt* o mundo (Husserl, 1989).

Para Husserl, la fenomenología se distancia del pensamiento natural, buscando establecerse como la ciencia fundamental de la filosofía que estudia las vivencias (*Erlebnisse*) trascendentalmente purificadas en su esencia, es decir, una descripción pura del fenómeno tal como



aparece o se presenta (Husserl, 1949). En este orden de ideas, el Leib no constituye simplemente un objeto entre otros, sino el centro de orientación desde el cual se despliega toda vivencia significativa y se configura la experiencia de primera.

Maurice Merleau-Ponty profundiza el legado fenomenológico de Husserl al otorgar al cuerpo vivido un papel constitutivo en la experiencia, sosteniendo que éste no puede comprenderse como un objeto material susceptible de ser explicado únicamente mediante categorías biológicas, psicológicas o fisiológicas, sino como la condición originaria desde la cual el individuo percibe, siente, actúa y atribuye significados (Merleau-Ponty, 1993). En consonancia con estas perspectivas, Gallagher y Zahavi (2021) enfatizan en la máxima Husserl de “volver a las cosas mismas”, lo que implica basar la comprensión en la experiencia vivida, suspendiendo las preguntas sobre si la conciencia es material o inmaterial, o si es causada por procesos cerebrales, para concentrarse en la estructura de la experiencia misma. Además, los autores enfatizan en la idea de que el cuerpo vivido no es un objeto más entre otros, sino un principio constitutivo fundamental que posibilita toda experiencia, rechazando así el dualismo cartesiano y el materialismo que ubica a la mente (*res cogitans*) y el cuerpo (*res extensa*) como dos sustancias separadas (Descartes, 2010 [AT, 5]).

En esta línea, Fuchs y Schlimme (2009) retoman la distinción fenomenológica entre Leib y Körper para explicar las diferentes formas en que el cuerpo participa en la experiencia humana. Para los autores, el Leib corresponde al trasfondo pre-reflexivo de la experiencia corporal, aquel que media implícitamente en las acciones e interacciones cotidianas, el cuerpo vivido, mientras que el Körper

hace referencia al cuerpo objetivado, percibido desde fuera o convertido en objeto de atención consciente, especialmente cuando su funcionamiento se altera o deja de responder adecuadamente a las exigencias del contexto. El cuerpo vivido, desde esta perspectiva, es considerado también un espacio de inteligencia, intencionalidad y adaptabilidad (Kielhofner, 2014). Esta comprensión permite reconocer que la experiencia corporal no se reduce a una dimensión biológica, sino que se encuentra atravesada por una historia sedimentada de vivencias, aprendizajes y relaciones con el mundo. En este sentido, Fuchs (2012) enfatiza en que la memoria corporal adquiere un papel fundamental en la constitución de la identidad personal, al conservar y expresar la historia individual a través de hábitos, disposiciones, estilos y prácticas socialmente aprendidas que se incorporan y se manifiestan en la postura, la apariencia y las formas de vida. Con base en esta propuesta, es posible sostener que los enfoques contemporáneos de la mente corporeizada (*embodied mind*), en diálogo con la fenomenología y las neurociencias, configuran un modelo de integrador, en el que la mente no se limita al cerebro, sino que es la manifestación integral de un sistema cerebro, cuerpo y ambiente, que emergen de una existencia situada (Fuchs, 2020).

Intervenciones con orientación fenomenológica

En las últimas décadas, se han desarrollado diversas propuestas terapéuticas con base fenomenológica que incorporan el cuerpo vivido, en las que la experiencia de primera persona se ubica de manera lineal a la segunda persona del profesional de la salud y la tercera persona de la ciencia. Estas propuestas desafían las intervenciones convencionales,



subrayando la importancia de una praxis integradora, que ubique al cuerpo en primer plano, en lugar de tratar los procesos psicológicos como aspectos meramente cognitivos (Rodríguez y Wilkinson, 2026). Una de ellas es el método del Ciclo en Movimiento (MC), que utiliza el movimiento consciente para acceder a memorias corporales difíciles. Según Caldwell y Koch (2018), este método se centra en las respuestas sensoriales y motoras del cuerpo, creando una narrativa corporal que, al realizar y secuenciar los movimientos, se descubren e integran experiencias asociadas, tales como imágenes o emociones, en un entorno seguro, lo que ayuda al individuo a procesar recuerdos difíciles, promoviendo su gestión en el presente.

Otro enfoque terapéutico centrada en el cuerpo vivido se encuentra el Focusing. Según Gendlin (1969), desde este enfoque la experiencia no se reduce al pensamiento consciente, sino que existe una comprensión implícita que se manifiesta corporalmente en la sensación sentida, una vivencia pre-reflexiva que contiene significados aún no verbalizados. Para el autor, bajo esta práctica terapéutica, la persona es invitada a dirigir la atención abierta a las sensaciones corporales, mientras el terapeuta acompaña su exploración mediante una actitud de escucha y preguntas abiertas. Este proceso favorece que los significados implícitos emerjan y puedan integrarse en la conciencia, reconociendo al Leib como fuente de experiencia y transformación terapéutica.

De otro lado, la fenomenología ha considerado al tacto y a la danza como una expresión de la conciencia corporizada y la experiencia creativa (Barrero, 2019; Robinson, 2023; van Alphen, 2014). Aquí se encuentra la Danza/Movimiento

Terapia (DMT), una psicoterapia encarnada y enactiva que utiliza la acción corporal y la experiencia sensoriomotora como procesos fundamentales para la creación de significado y el pensamiento. Koch y Fischman (2011) refieren que, mediante técnicas como el reflejo, la sintonización y la empatía cenestésica, la DMT facilita la co-construcción de nuevos significados y realidades más saludables, permitiendo resignificar experiencias a través de la implicación corporal. Según las autoras, la DMT se aplica para explorar la expresión no verbal, abordar bloqueos y fomentar el autodescubrimiento, a través de la toma de conciencia de patrones de movimiento. Esto es sobresaliente, teniendo presente que algunos resultados describen que la danza establece una conexión más consistente con los procesos de atención, percepción, memoria, introspección, aprendizaje y funciones ejecutivas que el cuerpo en reposo o el movimiento ejecutado sin un componente rítmico (Arboleda y Arenas, 2024; Ruzickova et al., 2026), considerando que también activaría circuitos relacionados con el movimiento y la observación/ejecución/imitación, como las neuronas espejo (Berrol, 2006). Aunque existen retos en torno a la homogeneidad del alumnado y el profesorado, especialmente en Estados Unidos, la evidencia disponible muestra beneficios de la DMT en el trabajo con la diversidad y la multiculturalidad (Hervey y Stuart, 2012), en la resolución del trauma psicológico (Pierce, 2014), así como en el bienestar general, la regulación emocional, la conciencia corporal y la cohesión social en intervenciones individuales y grupales, tanto presenciales como virtuales, lo que la posiciona como una intervención terapéutica versátil, adaptable a múltiples contextos (Allegranti, 2009; Bustos, 2026; Kronsted, 2020; Melo y Fandiño, 2025; Rodríguez, 2009).



Otras psicoterapias que dialogan con la comprensión fenomenológica del cuerpo como sujeto y su experiencia desde una perspectiva en primera persona son la relajación funcional, la terapia de movimiento concentrativo, la bioenergética, la psicoterapia corporal con enfoque afectivo, la terapia psicomotriz y los protocolos terapéuticos basados en mindfulness (Rosendahl et al., 2021; Sollmann, 2024), así como la conciencia plena en terapia orientada al cuerpo (Price y Hooven, 2018). Este énfasis en la terapia atravesada por la experiencia corporal sigue cobrando relevancia en la investigación.

Investigaciones centradas en el cuerpo vivido y el movimiento

Mills y Daniluk (2002) realizaron un estudio en el que emplearon un diseño de investigación cualitativa fenomenológica con el objetivo de explorar la experiencia vivida y el significado de la danzaterapia para cinco mujeres sobrevivientes de abuso sexual infantil. Los resultados sugirieron que la danzaterapia proporciona una vía que integra facilita el procesamiento del sufrimiento a través de la experiencia placentera de bailar, facilitando la espontaneidad, la libertad, la descarga física y la expresión de la energía emocional. De otro lado, Kawano (2018) empleó un diseño de investigación fenomenológica interpretativa, complementado con una respuesta dancística basada en las artes. La investigación involucró a 12 participantes (10 terapeutas de DMT recién certificados o registrados, un observador participante y un facilitador). El objetivo fue identificar cómo la promulgación corporal sirve como un medio no textual para transmitir conocimiento. Los resultados de este estudio revelaron que el ritual fue una experiencia empoderadora y transicional

que proporcionó apoyo comunitario y conexión emocional.

Por otra parte, Jerak et al. (2018) realizaron una investigación que exploró las experiencias de sintonía y falta de sintonía (falla en la capacidad de percibir, acompañar y responder adecuadamente al estado corporal y afectivo del otro durante el encuentro de movimiento) en talleres de DMT, mediante un diseño cuasiexperimental, con inclusión de un abordaje fenomenológico sustentado en teoría fundamentada. Cuatro estudiantes de terapias de artes expresivas participaron en la investigación. El objetivo fue comprender cómo los participantes experimentan los momentos de sintonía y falta de sintonía en los talleres de DMT. Los resultados de esta investigación describieron que la sintonía exitosa atrae la atención al momento presente, fomentando la espontaneidad, la diversión y la creatividad. Por otro lado, Aleandri y Battista (2021) realizaron un estudio con intervención de diseño mixto, predominantemente cualitativa con un enfoque fenomenológico-hermenéutico. Los participantes sumaron entre 30 y 35 personas, incluyendo 14 estudiantes (de 17-18 años), 15 migrantes (de 17-25 años), dos profesores tutores y entre tres y cuatro mediadores culturales, psicólogos y operadores. El objetivo fue identificar si la arteterapia, particularmente la danzaterapia, puede crear entornos inclusivos e interculturales, integrarse con métodos autobiográficos a través de narrativas corporizadas. Los resultados de este estudio revelaron un aumento significativo en la solidaridad hacia los migrantes, una mayor autoconfianza y facilidad en el uso del espacio, así como la deconstrucción de estereotipos.

Entretanto, Engelhard (2021) realizó una investigación que empleó un diseño de



cualitativo basado en el análisis fenomenológico interpretativo en el que participaron 18 parejas de madres y sus hijas adolescentes de 13 a 15 años. El objetivo fue ofrecer una comprensión profunda de la dinámica de la relación madre-hija durante la adolescencia y cómo sus acciones se influyen mutuamente de manera explícita e implícita, centrándose en la comunicación no verbal manifestada en el baile espontáneo. Los hallazgos de este estudio sugirieron que el baile libre es un medio para explorar la comunicación no verbal y las complejidades de la relación madre-hija, ofreciendo una perspectiva valiosa para entender sus necesidades y formular intervenciones de apoyo en este momento del curso de vida.

A pesar del creciente interés por las intervenciones terapéuticas que incorporan el cuerpo vivido, el campo continúa presentando una brecha científica claramente identificable. Por una parte, la evidencia empírica sobre prácticas sustentadas de manera explícita en la fenomenología sigue siendo limitada y se encuentra dispersa entre distintas modalidades, contextos clínicos, educativos y comunitarios, y tradiciones conceptuales que no siempre emplean de forma consistente los términos Leib, cuerpo vivido, embodiment o experiencia encarnada. Por otra, aunque existen desarrollos teóricos relevantes sobre la relación entre cuerpo, percepción, acción, memoria e intersubjetividad, todavía falta una síntesis reciente que permita establecer qué intervenciones han sido investigadas durante los últimos años, cuáles concentran la mayor producción empírica y qué tipo de impacto terapéutico se les atribuye. Esta ausencia dificulta diferenciar las prácticas que reconocen al cuerpo como sujeto de la experiencia de aquellas que lo incorporan únicamente como objeto de ejercicio o regulación

fisiológica, y limita la posibilidad de identificar tendencias, vacíos y líneas de desarrollo para el campo.

Este problema adquiere especial relevancia para la educación física, la formación corporal y la pedagogía del movimiento, en la medida en que estas áreas no solo intervienen sobre capacidades del Körper, como el rendimiento o la condición funcional, sino también sobre la manera en que las personas perciben, habitan y significan su propio cuerpo. Los hallazgos de las intervenciones fenomenológicas centradas en el Leib pueden aportar a programas educativos y de actividad física orientados al bienestar al mostrar que el movimiento favorece procesos de conciencia corporal, regulación afectiva, seguridad, agencia, interacción y construcción de sentido. Desde esta perspectiva, la educación física supera la comprensión exclusivamente biomecánica o instrumental del cuerpo y lo reconoce como sujeto de experiencia, aprendizaje y relación, integrando prácticas que atiendan a la vivencia en primera persona, la expresión no verbal, la sintonización con otros y las condiciones culturales que atraviesan la corporalidad. Este diálogo resulta especialmente pertinente para el diseño de propuestas pedagógicas más inclusivas, sensibles al trauma y orientadas al cuidado, en las que la actividad física no se limite a producir adaptaciones orgánicas, sino que contribuya también al bienestar psicológico, relacional y social.

En consecuencia, resulta necesario analizar de manera sistemática las tendencias recientes de la investigación sobre intervenciones terapéuticas con orientación fenomenológica que incorporan el cuerpo vivido, con el fin de establecer cuáles modalidades han recibido mayor atención empírica durante



los últimos cinco años y qué evidencia se encuentra disponible sobre su impacto terapéutico. Este análisis permitiría organizar un campo todavía disperso, diferenciar las intervenciones que asumen el Leib como fundamento de la experiencia de aquellas que incorporan el cuerpo únicamente como recurso técnico y reconocer los principales vacíos que deben orientar la investigación futura, así como dialogar con otros campos que también involucran el cuerpo y el movimiento, como la educación física, la formación corporal, la pedagogía del movimiento o los programas de actividad física orientados al bienestar de individuos y grupos.

Teniendo en cuenta los aspectos referidos anteriormente, el objetivo de este estudio fue analizar las tendencias recientes de la investigación sobre intervenciones terapéuticas con orientación fenomenológica que incorporan el cuerpo vivido (Leib), identificando las modalidades de intervención más estudiadas y la evidencia disponible sobre su impacto terapéutico durante los últimos cinco años.

Método

Se realizó un proceso de búsqueda con base en la declaración PRISMA 2020 (Page et al., 2021). Las búsquedas se realizaron en el idioma inglés entre el 1 de febrero de 2026 y 29 de marzo de 2026. La identificación de los estudios se realizó mediante una búsqueda sistemática en las bases de datos Scopus y Web of Science (WoS), seleccionadas por su amplia cobertura de revistas científicas de alto impacto y su capacidad para realizar búsquedas avanzadas mediante operadores booleanos y de proximidad, lo que favorece la recuperación de literatura especializada y la reproducibilidad de la

estrategia de búsqueda. Para las búsquedas en ambas bases de datos se empleó la siguiente ecuación: ((phenomenolog*) AND (Leib OR Leiben OR Leiblichkeit OR "lived body" OR embodiment OR embodied) AND ((therap* NEAR/3 embodiment) OR (therap* NEAR/3 "lived body") OR (intervention* NEAR/3 embodiment) OR (intervention* NEAR/3 "lived body") OR (psychotherap* NEAR/3 embodiment) OR (psychotherap* NEAR/3 "lived body") OR "body psychotherapy" OR "body-oriented therapy" OR "somatic therapy" OR "movement therapy" OR "dance therapy"))). No se emplearon ecuaciones diferenciadas en Scopus y WoS, con el objetivo de mantener la misma línea fenomenológica, dado que esta podría verse afectada al cambiar los descriptores y operadores booleanos, debido a la sensibilidad que presentan los conceptos cuando son traducidos del alemán a otros idiomas.

La estrategia se construyó a partir de tres componentes conceptuales: primero, el marco fenomenológico; segundo, el concepto de cuerpo vivido; tercero, el ámbito de las intervenciones terapéuticas. El primer componente estuvo representado por el descriptor "phenomenolog*". El uso del truncamiento mediante el asterisco (*) permitió recuperar simultáneamente diferentes variantes léxicas del término, como phenomenology, phenomenological y phenomenologist, evitando restringir la búsqueda a una única forma gramatical. El segundo componente incluyó los términos "Leib", "Leiben", "Leiblichkeit", "lived body", "embodiment" y "embodied". Los términos alemanes Leiben y Leiblichkeit se incluyeron porque, aunque es Leib el concepto central de la tradición fenomenológica, especialmente en autores como Husserl y Merleau-Ponty, Leiben y Leiblichkeit se presentan en la literatura



fenomenológica reciente. Aun así, cabe señalar que ninguno de estos tres conceptos predomina en la literatura empírica contemporánea como palabras claves. Por su parte, lived body representa la traducción más utilizada en la literatura anglosajona para referirse al cuerpo vivido. Por esta razón, Leib, Leiben y Leiblichkeit se incluyeron para aumentar la sensibilidad de la búsqueda y recuperar aquellos estudios que emplean directamente la terminología fenomenológica alemana, mientras que lived body, embodiment y embodied también se emplearon porque representan los descriptores predominantes en la producción científica actual sobre experiencia corporal, cognición corporeizada y psicoterapia fenomenológica.

El tercer componente buscó restringir la búsqueda al contexto de las intervenciones clínicas. Para ello se emplearon los términos “therap*”, “psychotherap*” e “intervention*”, combinados mediante el operador de proximidad NEAR/3 con los conceptos “embodiment” y “lived body”. Este operador recupera únicamente aquellos registros en los que ambos términos aparecen separados por un máximo de tres palabras, independientemente del orden en que se presenten, incrementando así la especificidad de la búsqueda y reduciendo la recuperación de documentos en los que los conceptos aparecen de manera aislada y sin relación directa.

El truncamiento de paréntesis abierto y cerrado utilizado en “therap*”, “psychotherap*” e “intervention*” permitió recuperar las distintas variantes morfológicas de cada término, por ejemplo, therapy, therapies, therapeutic, psychotherapy, psychotherapeutic, intervention e interventions, aumentando

la sensibilidad de la estrategia de búsqueda. Finalmente, se incorporaron de manera explícita los descriptores “body psychotherapy”, “body-oriented therapy”, “somatic therapy”, “movement therapy” y “dance therapy”, debido a que numerosas publicaciones identifican la intervención por el nombre específico de la terapia y no necesariamente mediante términos generales como therapy o intervention. Su inclusión permitió recuperar estudios que describen enfoques terapéuticos corporalmente orientados con fundamento fenomenológico.

La búsqueda se limitó a artículos originales de investigación publicados en los últimos cinco años, respondiendo al objetivo de la investigación. Asimismo, la inclusión exclusiva de estudios empíricos buscó garantizar que el análisis se fundamentara en evidencia derivada de investigaciones originales, excluyendo revisiones, ensayos teóricos, editoriales, y otros documentos sin datos empíricos.

Con base en estos aspectos, los criterios de inclusión fueron: artículos publicados entre 2022 y 2026 e indexados en Scopus y WoS, que presentaran resultados empíricos derivados de estudios cualitativos o mixtos, que implementaran intervenciones, tratamientos o prácticas con orientación terapéutica sustentadas en la fenomenología. También se consideró como criterio de inclusión la incorporación de los conceptos fenomenológicos de Leib, Leiben o Leiblichkeit, ya fuera mediante la terminología original en alemán o a través de sus equivalentes ampliamente utilizadas en la literatura anglosajona (lived body, embodiment o embodied) tal como se refirió en líneas anteriores, siempre que estos conservaran el significado fenomenológico del cuerpo vivido.



De otro lado, los criterios de exclusión fueron: publicaciones de carácter teórico, revisiones de literatura, revisiones sistemáticas, metaanálisis, editoriales, cartas al editor, actas de congresos y cualquier otro documento que no presentara evidencia empírica original.

También fueron excluidas las investigaciones que abordaran el cuerpo desde perspectivas predominantemente biomédicas, neurocientíficas, cognitivas o conductuales sin desarrollar la noción fenomenológica de cuerpo vivido, así como aquellas intervenciones corporales en las que el cuerpo fuera concebido únicamente como Körper y no como Leib. Se excluyeron los estudios en los que las expresiones embodiment, embodied o lived body fueran utilizadas sin constituir un fundamento fenomenológico de la intervención.

Finalmente, los registros recuperados se exportaron a formato de libro de Excel, del software Microsoft Excel .xls 97-2004, actualizado a .xlsx, donde se identificaron y eliminaron los registros duplicados. La revisión de títulos y resúmenes, la evaluación de los textos completos y la extracción de la información fueron realizadas por una sola investigadora, por lo que no se presentaron discrepancias entre revisores ni fue necesario aplicar un procedimiento de consenso o recurrir a un tercer evaluador.

Para valorar la solidez de la evidencia, la calidad metodológica y el riesgo de sesgo de los estudios incluidos se evaluaron mediante herramientas de evaluación crítica del Joanna Briggs Institute (JBI) según el diseño de cada estudio, cuyos resultados se incorporaron en una tabla de síntesis junto con el tipo de investigación, la intervención, los participantes y los principales hallazgos. El diagrama de flujo

se actualizó para presentar de manera verificable los registros identificados, los duplicados eliminados, los registros cribados, los textos completos evaluados, las exclusiones realizadas en cada etapa y sus motivos específicos, hasta llegar a los diez estudios incluidos en la síntesis final.

Método

Las búsquedas arrojaron un número inicial de 68 registros, 37 en Scopus y 31 en WoS. La poca cantidad de documentos se atribuyó a la precisión de la búsqueda detallada en la metodología, más que a la ausencia de investigaciones recientemente indexadas en Scopus y WoS.

El proceso de cribado empleó los dos filtros aplicados en Scopus y WoS, uno de temporalidad (últimos cinco años, es decir, de 2022 a 2026) y otro por tipo de documento (solamente artículos originales de investigación). Se eliminaron 15 registros duplicados. El proceso de cribado permitió eliminar 19 artículos que no cumplían con los criterios de tipo y temporalidad, filtrando un restante de 34 documentos (15 en Scopus y 19 en WoS) que sí cumplían con estos dos criterios.

La revisión de los títulos, resúmenes y palabras clave permitió evaluar de manera detallada la pertinencia de los estudios y el cumplimiento de los criterios de inclusión. Como resultado de esta etapa, 24 artículos fueron excluidos por no cumplir con los criterios de inclusión claramente delimitados. En consecuencia, 10 estudios cumplieron con los criterios de inclusión y constituyeron la muestra final analizada en la presente revisión. La Figura 1 presenta esta selección.

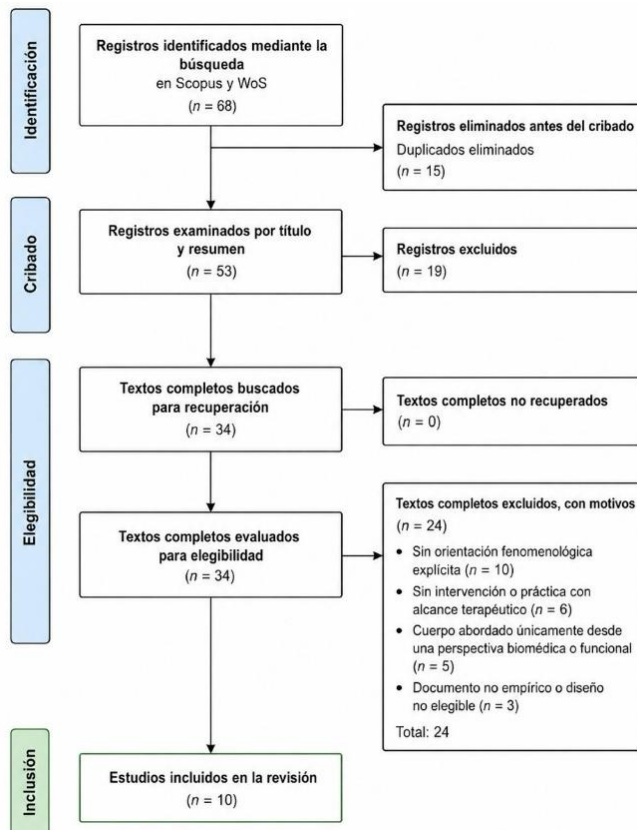


Figura 1. Diagrama de flujo de la muestra final

Nota. Diagrama elaborado conforme a la declaración PRISMA 2020.

Fuente: Elaboración propia.

Se observó que la evidencia recuperada corresponde predominantemente a investigaciones de corte fenomenológico y fenomenológico-hermenéutico, heterogéneas y con muestras pequeñas.

Los países en que se desarrollaron las investigaciones incluidas fueron España. Países Bajos, Sudáfrica, Israel, Reino Unido, China, Noruega, Estados Unidos e India, realizadas entre los años 2018 y 2025, y publicadas entre 2022 y 2026. La estrategia de búsqueda permitió identificar que un mayor número de la producción científica reciente indexada en WoS en los últimos cinco años está centrado en la

DMT. Esta concentración no permite concluir que la DMT sea la única intervención fundamentada en el Leib, dado que la estrategia de búsqueda estuvo orientada hacia estudios que explicitaran su relación con la fenomenología, el cuerpo vivido y la intervención terapéutica. El resultado indica, con mayor precisión, que la DMT constituye actualmente la modalidad que ha desarrollado una articulación empírica más visible entre estos tres componentes dentro de la producción indexada en Scopus y WoS.

La inclusión final de diez estudios, obtenidos después de aplicar criterios conceptuales exigentes a los 68 registros inicialmente recuperados, muestra que la investigación empírica sobre esta intersección continúa siendo limitada, heterogénea y predominantemente cualitativa. Esto último es relevante, teniendo en cuenta que la experiencia de primera persona es cualitativa, y la fenomenología constituye un núcleo teórico común que atraviesa las intervenciones realizadas en contextos clínicos, educativos, comunitarios, virtuales, culturales y espirituales.

La inclusión de estudios desarrollados en contextos educativos, espirituales, comunitarios o ambientales se justificó cuando las intervenciones presentaron una intencionalidad explícita de transformación del bienestar, la regulación afectiva, la gestión emocional, la integración de experiencias difíciles, la calidad de los vínculos o la relación de la persona con su propio cuerpo.

En estos casos, lo terapéutico no se definió únicamente por la presencia de una categoría clínica, sino por el uso sistemático de prácticas corporeizadas orientadas a producir cambios en la



experiencia vivida y en las posibilidades de relación con el sí mismo, con los otros y con el mundo. Esta delimitación permitió incluir intervenciones que, aunque se desarrollaron fuera de escenarios clínicos tradicionales, emplearon principios propios de la DMT, la psicoterapia somática o las prácticas fenomenológicas del movimiento.

No obstante, estos estudios fueron interpretados con cautela, distinguiendo entre intervenciones terapéuticas formales y prácticas con alcance o potencial terapéuticos, para evitar equiparar de manera automática cualquier experiencia educativa, ritual o comunitaria con un tratamiento clínico. Es por eso que, como se observará en líneas posteriores, cada estudio se describe con detalle, así como el contexto en que se desarrolló. Los estudios incluidos se presentan en la Tabla 1.

En cuanto a cada uno de los hallazgos, cabe señalar que García et al. (2022) realizaron un estudio cualitativo, diseñado como un análisis fenomenológico interpretativo con una perspectiva múltiple, que tuvo como objetivo estudiar la modificación de procesos corporeizados e intersubjetivos en las sesiones de psicoterapia en línea y los patrones intercorporales con el paso a la virtualidad. Para ello, se aplicaron entrevistas semiestructuradas a seis participantes (cuatro terapeutas y dos pacientes) que habían transitado de sesiones presenciales a virtuales. Se utilizó una guía de 22 preguntas y un diario. El procedimiento implicó entrevistas telefónicas y un análisis de datos en tres fases: ideográfica, comparativa y hermenéutica, utilizando la noción enactiva de creación de sentido participativa como hilo conductor. Los resultados generales indicaron ajustes en el comportamiento verbal y no verbal, el

contacto visual y la gestión de los silencios.

Entre los hallazgos más sobresalientes relacionados con el cuerpo vivido, se encontró una pérdida de conciencia del cuerpo entero y la postura debido al enfoque de la pantalla en la cara, una mayor rigidez postural exigida por la cámara y una reducción en la sincronía corporal mutua, lo que desplaza patrones pre-reflexivos hacia un registro más consciente.

En cuanto al impacto terapéutico, se observó que la alianza terapéutica podía resistir el cambio si ya estaba establecida, aunque los terapeutas se volvieron más proactivos verbalmente para compensar la falta de flujo y se reportó una horizontalidad más marcada en la relación. Sin embargo, se percibió una menor capacidad para afrontar intervenciones confrontativas y una posible disminución de la significación del espacio terapéutico.

En conclusión, estas adaptaciones son manifestaciones de procesos regulatorios que buscan mantener la dinámica interactiva y coordinar la tensión primordial entre las normas relacionales e individuales, apoyando la visión enactiva de la cognición social. Entretanto, Stewart (2024) empleó un diseño de investigación cualitativa con un enfoque fenomenológico. Contó con la participación de ocho estudiantes de programas de posgrado en DMT, quienes se autoidentificaron como personas de color (BIPOC). El objetivo de la investigación fue comprender las experiencias educativas corporeizadas de estudiantes BIPOC en programas de DMT, estableciendo una pedagogía corporeizada y antiopresiva.

Tabla 1.
Investigaciones incluidas en la revisión



Autores	Tipo de investigación	Participantes	Características de los participantes	País/contexto	Modalidad de intervención	Objetivo
García et al. (2022)	Investigación cualitativa, análisis fenomenológico interpretativo.	6 participantes: 4 terapeutas y 2 pacientes.	Terapeutas con experiencia y pacientes adultos cuyos tratamientos cambiaron de presencial a virtual, sin selección por diagnóstico o población clínica.	España, durante el confinamiento por COVID-19. Los procesos habían comenzado presencialmente y pasaron a videollamada.	Se estudió la psicoterapia sincrónica por videollamada tras el cambio desde la modalidad presencial, en distintas orientaciones terapéuticas.	Estudiar la modificación de procesos corporeizados e intersubjetivos en las sesiones de psicoterapia en línea y los patrones intercorporales con el paso a la virtualidad.
Stewart (2024)	Investigación cualitativa con enfoque fenomenológico.	8 estudiantes de posgrado en DMT autoidentificados como BIPOC.	Estudiantes de posgrado en DMT autoidentificados como personas negras, indígenas o de color (BIPOC), de 22 a 45 años.	Estados Unidos, en programas de posgrado en DMT aprobados por la American Dance Therapy Association, durante la pandemia de COVID-19.	No fue una intervención terapéutica. Indagación educativa virtual con entrevistas y una exploración corporeizada de autoobservación, diario y movimiento improvisado.	Comprender las experiencias educativas corporeizadas de estudiantes BIPOC en programas de DMT, estableciendo una pedagogía corporeizada y antiopresiva.
Erkkilä y Samaritter (2024)	Estudio cualitativo fenomenológico, con entrevistas y análisis del movimiento.	6 terapeutas de danza.	Terapeutas de danza/movimiento que trabajaban con poblaciones clínicas diversas, desde niños hasta personas mayores, incluyendo demencia y TEPT.	Países Bajos (5 terapeutas) y Finlandia (1 terapeuta). Profesionales con experiencia en trabajo individual y grupal.	No se aplicó una intervención clínica. Estudio fenomenológico mediante entrevistas y comentarios no verbales en movimiento sobre la experiencia y creación de un espacio seguro en DMT.	Describir verbalmente el fenómeno corporeizado y no verbal del espacio seguro, comprendiendo su importancia y cómo los terapeutas lo definen, reconocen y crean en DMT.
Copteros et al. (2024)	Investigación cualitativa, fenomenológico-hermenéutica.	8 investigadores.	Investigadores y estudiantes de posgrado de distintas disciplinas y niveles académicos pertenecientes a un equipo transdisciplinario de investigación ambiental.	Sudáfrica, en un grupo dedicado a sistemas socioecológicos y gestión de recursos hídricos.	Intervención grupal presencial basada en principios culturalmente sensibles de DMT: enfoque interactivo de Marion Chace, conciencia del poder y la diferencia, adaptabilidad, seguridad, apropiación y conexión ambiental.	Aplicar principios culturalmente pertinentes de DMT en un grupo transdisciplinario, explorando las experiencias y perspectivas de sus miembros al participar.
Eckhaus (2025)	Investigación cualitativa con diseño fenomenológico.	5 parejas, 10 participantes.	Parejas en relaciones estables y convivencia, con hijos, que se encontraban en diferentes etapas de terapia de pareja concurrente.	Israel, consulta privada de DMT. Parejas seculares heterosexuales de clase media trabajadora que seguían terapia de pareja.	Danza de pareja presencial como intervención complementaria a la terapia de pareja: tango, rumba y merengue con calentamiento, alternancia de liderazgo/seguimiento y reflexión posterior.	Explorar la experiencia de la danza de pareja como medio que refleja dinámicas e interacciones relacionales, examinando su potencial terapéutico.
Wu (2025)	Investigación etnográfica cualitativa basada en la antropología médica sensorial.	Cantidad total no especificada, 5 usuarios descritos de manera particular.	Usuarios adultos autorreferidos o remitidos por profesionales por experiencias de psicosis recurrente. Terapeutas de movimiento y música como informantes.	Reino Unido, en el Psychosis Therapy Project de Islington MIND, servicio comunitario para personas con psicosis recurrente.	Observación de grupos presenciales semanales de terapia de movimiento y terapia musical. Incluyeron calentamiento, escaneo corporal, movimiento libre, <i>mirroring</i> , improvisación instrumental, escucha compartida y conversación.	Describir cómo funcionan las técnicas corporales y sensoriales de los grupos de movimiento y música, analizando la producción de sociabilidad y reencarnación corporal.
Xin (2025)	Exploración cualitativa de primera persona.	Autoestudio de primera persona, 1 practicante.	Practicante de <i>Dao</i> en funciones de mover y un testigo. Experiencia en primera persona de la autora en prácticas de movimiento.	China, en Práctica de Movimiento Auténtico interpretada desde la filosofía china y el <i>Dao</i> , la fenomenología del cuerpo y la cognición corporeizada.	Movimiento Auténtico presencial: forma básica mover-testigo, reflexión verbal posterior y prácticas grupales en círculo, incluido el “círculo respiratorio”.	Explorar la correspondencia entre la tradición china de la armonía y la cognición corporeizada, proponiendo tres dimensiones prácticas del <i>Dao</i> mediante el movimiento.
Torgersen (2026)	Investigación cualitativa fenomenológico-hermenéutica, longitudinal 6 años.	8 mujeres entrevistadas y aproximadamente 100 a 120 estudiantes observados.	Mujeres con varios años de experiencia en IDP y estudiantes de danza/movimiento terapia que participaron en talleres y clases universitarias.	Noruega, en talleres, clases y grupos de práctica de oración danzada intencional desarrollados entre 2018 y 2025.	Oración danzada intencional (IDP), práctica espiritual y terapéutica derivada del Movimiento Auténtico, en formato grupal y ocasionalmente diádico: intención escrita, danza por la propia persona u otra, testigo y conversación reflexiva.	Examinar cómo las personas experimentan la IDP, identificando transformaciones emocionales, corporales y espirituales al traducir una intención o plegaria en danza.
Blanc et al. (2025)	Investigación cualitativa de corte fenomenológico.	6 participantes, entre educadores, estudiantes y profesionales de DMT.	Educadores, estudiantes de posgrado y profesionales de DMT con experiencia en enseñanza, aprendizaje o práctica en línea.	Estados Unidos, en contextos de enseñanza, formación, práctica clínica y comunidad virtual de DMT durante y después de la COVID-19.	No fue una intervención terapéutica. Estudio de experiencias de DMT en espacios virtuales mediante entrevistas individuales y un grupo focal realizado por Zoom.	Comprender las experiencias fenomenológicas de conexión, presencia y corporeidad en espacios virtuales en el aprendizaje y la práctica de DMT.
Sahai y Demkhosei (2026)	Estudio de caso descriptivo cualitativo basado en la experiencia vivida.	3 sobrevivientes de violencia de género.	Mujeres sobrevivientes de violencia de género, incluida violencia de pareja, abuso sexual infantil y violencia intergeneracional vinculada con opresión de casta.	India, en trabajo terapéutico comunitario en contextos de escasos recursos; casos atravesados por violencia de género, casta y ruralidad.	Psicoterapia somática y corporeizada individual, feminista, informada por trauma y culturalmente adaptada: regulación respiratoria, <i>grounding</i> , movimiento gradual, yoga, ritmo, voz, arte, mapeo corporal y apoyo comunitario.	Explorar cómo la psicoterapia somática y corporeizada facilita sanación, agencia y resistencia en sobrevivientes de violencia de género en India.



Instrumentos	Duración de la intervención	Hallazgos principales	Principales limitaciones
Entrevistas fenomenológicas semiestructuradas por teléfono, guía de 22 preguntas sobre espacialidad, temporalidad, corporeidad y relación, así como un diario grabado.	La duración no se especifica. Cada entrevista duró alrededor de 1 hora y la recolección se realizó entre el 15 de marzo y el 1 de junio de 2020.	La virtualidad redujo la conciencia del cuerpo entero y la sincronía corporal, incrementó la rigidez postural y desplazó procesos prerreflexivos hacia una mayor explicitación consciente. La alianza terapéutica pudo mantenerse cuando estaba previamente consolidada. Aumentó la compensación verbal.	Muestra pequeña; pacientes subrepresentados; experiencias no generalizables. Los resultados describen la adaptación inicial de terapias previamente presenciales, no procesos prolongados ni tratamientos iniciados en línea.
Dos entrevistas semiestructuradas virtuales, una semana de autoobservación y diario corporeizado, danza, escritura y registro audiovisual de una improvisación, Zoom y OtterAI para grabación/transcripción.	Recolección entre febrero y mayo de 2021. Dos entrevistas de 1 a 1,5 horas cada una y una semana de autoobservación y diario.	Se identificaron cuatro estados corporeizados: cuerpo herido, crítico, interseccional y floreciente, que expresaron el impacto corporal de la discriminación, las injusticias, las identidades sociales y los recursos de apoyo. La exploración favoreció la conciencia, el autocuidado y la acción crítica.	Autoselección de estudiantes especialmente vinculados a sus comunidades académicas; ausencia de hombres, personas no binarias y participantes indígenas norteamericanos; muestra pequeña y observación breve.
Guía de entrevista con cuatro preguntas abiertas, seis entrevistas verbales, seis comentarios en movimiento videograbados, análisis del movimiento de Laban por dos observadores, validación de participantes.	No se informa la duración de las entrevistas ni de las exploraciones en movimiento; se trató de una única recolección por participante.	La seguridad fue definida como una experiencia que implica sentirse seguro tanto en el entorno como dentro del propio cuerpo. Se identificó la seguridad y la inseguridad mediante la conciencia corporal, el movimiento del usuario y la interacción, aspecto que, según las terapeutas, favorecía la relación terapéutica.	Estudio de pequeña escala y centrado exclusivamente en la perspectiva de terapeutas. No incluyó la experiencia de clientes ni microanálisis sistemático de la conducta corporal de terapeuta y cliente.
Sesión introductoria, cinco sesiones grupales de DMT, entrevistas individuales semiestructuradas posteriores de 2 horas grabadas y transcritas.	Una sesión introductoria, cuya duración no se especifica, y cinco sesiones de DMT de 2 horas cada una. No se informa la periodicidad.	La intervención fortaleció el compromiso comunitario, la corporeidad, la identidad individual y grupal y la integración. El movimiento facilitó una comprensión más profunda de los sistemas socioecológicos, la cocreación de conocimiento, la pertenencia y la participación equitativa.	Muestra voluntaria pequeña de un único grupo preexistente, intervención breve, información basada en entrevistas posteriores, sin comparación, medidas de resultado ni seguimiento longitudinal.
Entrevistas semiestructuradas después de cada sesión, entrevistas pre-post con los terapeutas, videos de las sesiones, diario reflexivo del investigador, valoración de una DMT y analista de movimiento certificada.	Cuatro sesiones semanales. La primera duró 2 horas y las siguientes 90 minutos; cada sesión de 45 minutos.	La danza permitió experimentar patrones de comunicación, intimidad, sincronización, confianza y negociación del espacio. Se observaron cambios en las actitudes y patrones de interacción y una vía experiencial añadida al trabajo terapéutico conversacional.	Muestra pequeña; solo parejas israelíes seculares y heterosexuales en cuatro sesiones. Algunas poblaciones quedaron excluidas por normas culturales sobre el contacto.
Etnografía con observación participante, participación corporal de la investigadora, conversaciones e entrevistas con usuarios y terapeutas, ejemplos de campo y análisis antropológico sensorial.	Trabajo semanal (8 semanas). El grupo de movimiento duraba aproximadamente 1 hora; la duración del grupo de música no se especifica.	El movimiento, la sincronización, la fricción corporal, los objetos multisensoriales y la improvisación musical fortalecieron la conexión cuerpo-entorno, la empatía cinestésica, y la sociabilidad. La intervención favoreció la dignidad, el sentido de pertenencia y una aproximación a la psicosis centrada en la experiencia vivida.	Estudio durante ocho semanas; número total de usuarios no especificado y casos seleccionados. Supuesto problemático de que sensaciones y percepciones pueden comprenderse como universales.
Relatos y casos prácticos en primera persona, observación de impulsos y sensaciones corporales, movimiento, testimonio verbal y reflexión grupal.	No se especifica una duración uniforme. Se menciona una práctica grupal en noviembre de 2024 y dos experiencias grupales de la autora.	La atención a los impulsos y sensaciones corporales favoreció la emergencia consciente de experiencias implícitas, la tolerancia a la tensión, la confianza y la integración corporal. El diálogo posterior al movimiento facilitó el tránsito desde la experiencia individual hacia una comprensión relacional y colectiva.	Exploración centrada en una experiencia de primera persona sin procedimiento sistemático y sin información suficiente para la generalización.
Entrevistas conversacionales en profundidad a ocho mujeres, descripciones personales, observación cercana de talleres y clases, relatos de primera persona y codificación axial deductiva.	Estudio longitudinal de 6 años, con experiencias de 2018 a 2025. Un acto de Movimiento Auténtico duraba de 4 a 20 minutos o más.	La práctica fue experimentada como espiritual, ritual, trascendente y sanadora. Se reportaron conciencia corporal directa, integración mente-cuerpo-espíritu, autoconfianza, aceptación personal, claridad frente a los problemas y una profunda sensación de ser vistas, escuchadas y comprendidas.	Muestra autoseleccionada de 8 de 20 invitadas y con experiencia/interés espiritual; exposición variable. La autora desarrolló, facilitó e interpretó la práctica.
Entrevistas individuales con las mismas preguntas, grupo focal con cuatro preguntas derivadas del análisis inicial, grabaciones y transcripciones de Zoom, así como codificación en vivo.	Una entrevista individual de 30 minutos por participante y un grupo focal de 1,5 horas. No se evaluó una intervención clínica longitudinal.	La modalidad virtual favoreció la autonomía corporal, la accesibilidad y la construcción de comunidad, aunque exigió mayor verbalización de las sensaciones que la presencialidad. La cámara intensificó la conciencia corporal y planteó desafíos para la conexión cinestésica, la seguridad y las dinámicas de poder.	Estudio piloto con muestra pequeña y deliberada procedente de redes académicas y profesionales accesibles; no incluyó clientes que recibían DMT en línea.
Notas clínicas y de sesión; memos reflexivos; reflexiones/transcripciones de supervisión; diarios de terapeuta y observaciones del proceso; codificación temática de seguridad, regulación, agencia y expresión; así como triangulación y revisión por pares.	Caso 1: 12 semanas. Caso 2: 14 semanas. Caso 3: varios meses. No se especifican frecuencia ni duración de cada sesión.	La recuperación se produjo mediante microactos de reclamación corporal, como respirar, modificar la postura, moverse, ocupar espacio y establecer límites. La intervención fortaleció la seguridad, la conciencia corporal, la autoaceptación y la regulación emocional, potenciando formas de resistencia política.	Tres casos seleccionados y presentados como viñetas compuestas y anonimizadas. Posible influencia del doble rol de terapeuta-investigadora, ausencia de grupo de comparación y de seguimiento homogéneo a largo plazo.



Para la recopilación de la información, se aplicaron dos entrevistas semiestructuradas y una semana de observación corporal y diario. Se realizaron grabaciones de audio, movimientos y diarios reflexivos, culminando en la creación de poemas y la síntesis de voces y temas con retroalimentación de los participantes. Seguidamente, se llevó a cabo una revisión de literatura antiopresiva y la comparación de sus principios con los temas generados para crear recomendaciones pedagógicas.

Como resultado, se identificaron cuatro estados corporales y ocho subestados encarnados que capturaron el impacto del entorno, pensamientos, emociones y factores espirituales en los cuerpos de los participantes. Los hallazgos sobresalientes relacionados con el cuerpo vivido o la experiencia corporal incluyeron el cuerpo herido, que reflejó experiencias dañinas con compañeros, instructores y materiales de curso, llevando a sentimientos de ser ignorado o estar agotado. También sobresalió el aspecto del cuerpo crítico, que implicó la contemplación o acción ante las injusticias, así como el cuerpo interseccional, que abarcó la conciencia y las decisiones de los participantes sobre la conformidad con las normas sociales de sus propias identidades interseccionales. También sobresalió cuerpo floreciente, que representó los esfuerzos conscientes e inconscientes de buscar recursos a través de diversos apoyos interpersonales e intrapersonales. Se observó que las posibles implicaciones educativas y de bienestar se relacionaron con una mayor conciencia de las experiencias de discriminación, el autocuidado, la acción crítica y la identificación de recursos de apoyo, promoviendo una mirada anticolonial para reducir injusticias en el aula. En conclusión, el estudio subraya la necesidad de una pedagogía encarnada

antiopresiva en la educación de la DMT, ofreciendo recomendaciones para guiar a instructores y pares.

Por otra parte, Erkkilä y Samaritter (2024) realizaron un estudio fenomenológico en el que participaron seis terapeutas de danza. El objetivo del estudio fue describir verbalmente el fenómeno corporeizado y no verbal del espacio seguro, comprendiendo su importancia y cómo los terapeutas lo definen, reconocen y crean en DMT. La metodología incluyó entrevistas semiestructuradas verbales y comentarios de movimiento no verbales, abordados mediante el análisis de movimiento de Laban, para captar tanto descripciones textuales como el sentido corporal. Los hallazgos definieron el espacio seguro como no-crítico, dinámico, personal, fundacional para el proceso terapéutico y una cualidad relacional que abarca la conciencia del cuerpo, el espacio y el yo.

Los resultados también sugieren que los terapeutas detectan la seguridad/inseguridad del usuario a través de su propia conciencia corporal, el movimiento del usuario y la interacción. Entre los hallazgos sobresalientes relacionados con el cuerpo vivido, se destaca que el modelo fenomenológico es idóneo para investigar el espacio seguro debido a su cualidad no verbal y la importancia de la experiencia corporal sentida. Se considera que el espacio seguro no solo implica sentirse seguro en el entorno, sino también dentro del propio cuerpo, lo que requiere conciencia corporal. Asimismo, desde la perspectiva de las terapeutas entrevistadas, el espacio seguro fue considerado una condición fundamental para la relación terapéutica, la exploración y la expresión de emociones difíciles.



Asimismo, Copteros et al. (2024) realizaron una investigación exploratoria cualitativo, enmarcada en la fenomenología-hermenéutica e influenciado por el análisis fenomenológico interpretativo. El objetivo fue aplicar principios culturalmente pertinentes de DMT en un grupo transdisciplinario, explorando las experiencias y perspectivas de sus miembros al participar. Ocho investigadores participaron en una sesión introductoria y cinco sesiones de dos horas basadas en DMT, las cuales se fundamentaron en el enfoque interactivo de Marion Chace y principios culturalmente sensibles, como la conciencia del poder y la diferencia, la adaptabilidad terapéutica, la seguridad y la pertenencia, y la conexión con el medio ambiente.

Posteriormente, se recolectó la información entrevistas semiestructuradas individuales de dos horas. Los resultados revelaron cuatro ejes: compromiso comunitario, corporalidad, identidad individual y grupal e integración. Algunos participantes describieron la experiencia mediante expresiones asociadas con la sanación y con una mayor conexión con los sistemas socioecológicos. Los hallazgos relacionados con la experiencia corporal destacaron cómo la DMT, al trabajar con el cuerpo y el movimiento, facilitó una conexión más profunda con los conceptos de sistemas socioecológicos y una mayor humanidad en la toma de decisiones, permitiendo una co-creación de conocimiento significativo. Como conclusión, se consideró que los principios de la DMT, al crear y mantener un espacio seguro para el compromiso equitativo a través del cuerpo, son fundamentales para la participación transdisciplinaria, resonando con las prácticas indígenas de Sudáfrica y facilitando la resolución

imaginativa de problemas en busca de la sostenibilidad ambiental y la justicia.

De otra parte, Eckhaus (2025) realizaron un estudio cualitativo con diseño fenomenológico, que incluyó a cinco parejas en terapia, tuvo como objetivo explorar la experiencia de la danza de pareja como medio que refleja dinámicas e interacciones relacionales, examinando su potencial terapéutico. Para ello, los participantes asistieron a cuatro encuentros semanales de danza en pareja (tango, rumba y merengue), seguidas de un proceso de reflexión y entrevistas semiestructuradas. El primero duró dos horas y los tres restantes 90 minutos; en cada encuentro, la práctica de danza tuvo una duración aproximada de 45 minutos. La recolección de información se complementó con entrevistas pre y post con los terapeutas de las parejas y análisis de videos por parte de una terapeuta de danza/movimiento certificado. El análisis cualitativo reveló ocho temas principales: comunicación, intimidad, sincronización, sintonía, negociación de espacios, dinámicas interpersonales, cambios y la danza en pareja como terapia. Los hallazgos sobresalientes en relación con el cuerpo vivido o la experiencia corporal destacaron cómo la práctica corporal, más allá de la metáfora, permitió a las parejas experimentar y observar directamente sus patrones relacionales a través del movimiento, la comunicación no verbal, el contacto táctil y la exploración de la confianza física y emocional.

Las experiencias descritas sugirieron un posible aporte terapéutico al hacer visibles patrones relacionales y favorecer la exploración corporal de la comunicación, la confianza y la intimidad, fomentando cambios en actitudes y patrones de interacción. En conclusión, el estudio posiciona la danza en pareja como un



vehículo creativo y una intervención prometedora que añade profundidad psicológica al proceso terapéutico, accediendo a un lenguaje no verbal profundo y ofreciendo una vía para encarnar y trabajar desafíos relacionales que la terapia conversacional tradicional podría pasar por alto.

De otro lado, Wu (2025) realizó una investigación etnográfica cualitativa, con base en la antropología médica sensorial, que exploró cómo las terapias de movimiento y música promueven la sociabilidad en personas con psicosis recurrente. Múltiples usuarios del servicio del Psychosis Therapy Project (PTP) en Londres participaron, con menciones específicas de cinco de ellos. El objetivo fue describir cómo funcionan las técnicas corporales y sensoriales de los grupos de movimiento y música, analizando la producción de sociabilidad y reencarnación corporal. Los instrumentos que se aplicaron fueron la observación participante y entrevistas a usuarios y terapeutas. La investigadora participó activamente en las sesiones de movimiento (calentamiento, sincronización de movimientos y uso de objetos) y observó de manera pasiva las de música (improvisación y compartición de canciones). Los hallazgos revelaron que estas terapias fortalecen la conexión cuerpo-entorno. Se destacó el uso del calor generado por fricción para reconectar con el cuerpo, la sincronización de movimientos, que fomenta la empatía kinestésica y la coherencia grupal, así como el rol multisensorial de los objetos en crear una experiencia conjunta de cosas reales, junto con la sinestesia musical, que facilita una sociabilidad flexible. Las conclusiones subrayan que estas terapias, al enfocarse en sentirse bien más que en verse bien, ofrecen estrategias psico-culturales para acomodar la psicosis en

lugar de superarla. Esto permite ir más allá de los modelos médico-clínicos y centrarse en la experiencia de primera persona, promoviendo una comunidad de cuidado que honra la dignidad y el sentido de pertenencia.

Entretanto, Xin (2025) presenta una exploración cualitativa de primera persona que abarcó la práctica del movimiento auténtico. El objetivo de la investigación fue explorar la correspondencia entre la tradición china de la armonía y la cognición corporeizada, proponiendo tres dimensiones prácticas del Dao mediante el movimiento. Como instrumentos aplicados, se utilizaron la práctica del movimiento auténtico, incluyendo sus formas fundacionales y el círculo de respiración, junto con la comunicación verbal post-movimiento. Este procedimiento implica que, al realizarse el movimiento, el individuo entra en un espacio de atención interna con los ojos cerrados, respondiendo a impulsos y sensaciones, mientras un testigo lo observa, culminando en un diálogo que lleva lo inconsciente a la conciencia. Los resultados y hallazgos sobresalientes relacionados con la experiencia corporal incluyen la desconstrucción del dualismo mente-cuerpo, el acceso a niveles de conciencia más allá del pensamiento racional mediante la llegada natural del cuerpo, la contención de la tensión interna y el reconocimiento de la interconexión del individuo con otros. En la experiencia de primera persona descrita por la autora, la práctica se asoció con una mayor conciencia de experiencias implícitas, tolerancia a la tensión, confianza, integración corporal, resolución de conflictos yo-objeto y progresión hacia una sinergia holística de cuerpo y mente.

Las conclusiones proponen tres dimensiones prácticas para realizar el Dao



a través del movimiento en danzaterapia, que abarcan la reconstrucción perceptual para deconstruir el dualismo mente-cuerpo, el cultivo del auto-vacío para responder a las cosas mediante la conciencia del movimiento sin juicio, y el logro de una sinergia holística a través del diálogo. Como conclusión, se considera que esta práctica facilita la trascendencia del yo individual al yo colectivo, abriendo el corazón para el desarrollo armonioso del cuerpo y la mente.

Por otra parte, Torgersen (2026) llevó a cabo una investigación cualitativa y longitudinal con una duración de seis años de seguimiento, dentro de experiencias desarrolladas entre 2018 y 2025. La investigación empleó una metodología fenomenológica-hermenéutica para investigar las experiencias de los participantes en la oración danzada intencional (IDP). La investigación se centró en un grupo de ocho mujeres entrevistadas en profundidad, complementado con observaciones de aproximadamente 100-120 estudiantes de DMT. El objetivo fue examinar cómo las personas experimentan la IDP, identificando transformaciones emocionales, corporales y espirituales al traducir una intención o plegaria en danza. Se utilizaron descripciones personales, entrevistas y observación cercana como instrumentos, siguiendo un procedimiento de reflexión teórico-práctica y análisis mediante codificación deductiva axial organizada en cuatro subcategorías. Los resultados indicaron que las participantes describen el IDP como una práctica trascendente, mística, espiritual y sanadora.

Entre los hallazgos sobresalientes relacionados con el cuerpo vivido o la experiencia corporal, se destacaron una profunda conexión con el alma, una

sensación de despertar y una unificación de cuerpo y alma que facilitó la realización de intenciones y el fortalecimiento del poder del alma en el mundo visible, percibido como una danza que es experimentada con el corazón. Los participantes también reportaron una conciencia corporal directa, que describieron como “hacer algo verdadero” y una vulnerabilidad que llevaba a la sanación. Las participantes reportaron experiencias de integración mente-cuerpo-espíritu, autoconfianza, aceptación personal y claridad frente a sus problemas, así como una profunda sensación de ser vistas, escuchadas y comprendidas. En conclusión, el estudio posiciona el IDP como un ritual que facilita la conexión con el alma individual y la conciencia colectiva a través del movimiento, promoviendo experiencias directas, la reunificación con el ser y encuentros espirituales que contribuyen a una profunda sensación de plenitud.

Por otra parte, Blanc et al. (2025) realizaron una investigación cualitativa, de corte fenomenológico, que tuvo como objetivo comprender las experiencias fenomenológicas de conexión, presencia y corporeidad en espacios virtuales en el aprendizaje y la práctica de DMT. Se emplearon entrevistas individuales y un grupo focal, cuya información fue grabadas y analizadas con codificación en vivo y enfocada en aspectos afectivos y corporales. Los resultados revelaron categorías como energía, prácticas, transiciones, contenedor terapéutico, dinámicas de poder y construcción de comunidad. Los hallazgos más sobresalientes relacionados con la experiencia corporal destacaron la gestión emocional y la autonomía corporal en entornos virtuales, permitiendo decisiones sobre el movimiento y el uso de la cámara.



La comprensión kinestésica de otros, preferentemente adquirida en interacciones presenciales previas, fue crucial para la conexión. Los participantes describieron aportes educativos y profesionales relacionados con la accesibilidad, la autonomía corporal y la construcción de comunidad en espacios virtuales. Se observó también una mayor necesidad de explicitación verbal de las sensaciones corporales en línea, a diferencia de la fluidez implícita presencial. La cámara como testigo añadió una capa de conciencia intencional. El estudio concluyó que las prácticas virtuales en DMT, aunque desafiantes, ofrecen oportunidades de expansión, por lo que es fundamental implementar prácticas intencionales y andamiaje para fomentar la conexión, la seguridad psicológica y una comprensión kinestésica, en entornos virtuales, nivelando las dinámicas de poder y enriqueciendo las experiencias de aprendizaje.

De otro lado, Sahai y Demkhosei (2026) realizaron una investigación de estudio de caso descriptivo, basada en la experiencia vivida de tres participantes sobrevivientes de violencia de género en India. El objetivo de la investigación fue explorar cómo la psicoterapia somática y corporeizada facilita sanación, agencia y resistencia en sobrevivientes de violencia de género en India. El trabajo terapéutico tuvo una duración variable: 12 semanas en el caso de la primera participante, 14 semanas en el caso de la segunda participante y varios meses en el caso de la tercera participante. Los instrumentos aplicados para la recolección de la información fueron notas de sesión, reflexiones de supervisión y diarios del terapeuta. El procedimiento consistió en un trabajo terapéutico comunitario, aplicando técnicas somáticas y encarnadas

adaptadas culturalmente, un análisis iterativo de los datos que incluyó la inmersión en las narrativas, así como la vinculación de observaciones clínicas con conceptos teóricos y la síntesis de los casos.

Los resultados mostraron que la recuperación se desarrolló a través de micro-actos de reclamación corporal, como la respiración, la postura y el movimiento, que restauraron la seguridad fisiológica y la dignidad social, destacando el papel del ritual, el ritmo y las prácticas colectivas como vías culturalmente resonantes. Un hallazgo sobresaliente relacionado con el cuerpo vivido es que el cuerpo no se observó solamente como un sitio de almacenamiento del trauma, sino también como el medio a través del cual se ejerce la agencia, la curación y la resistencia y, en particular, cómo los micro-gestos y la toma de espacio físico se convierten en actos políticos de desafío en contextos de opresión.

El impacto terapéutico observado incluyó el aumento de la conciencia corporal, la capacidad para establecer límites y la autoaceptación, como formas de resiliencia, gestión de emociones y resistencia política. En conclusión, esta investigación permitió comprender que la psicoterapia somática y encarnada, adaptada al contexto cultural, permite a las sobrevivientes de violencia de género en India practicar la resistencia encarnada, reclamando su autonomía corporal y redefiniendo el cuidado como un acto tanto terapéutico como político.

Discusión

Los presentes hallazgos demuestran que las intervenciones revisadas no trabajan únicamente con el cuerpo físico sobre el cual se aplican movimientos, sino con el cuerpo como eje de la experiencia,



distinción que remite directamente a los conceptos fenomenológicos de Körper y Leib. Desde la perspectiva de Husserl (1989), la respiración, la postura, el ritmo, el contacto y el movimiento encontrados en los estudios relacionados en esta investigación no constituyen simples cambios corporales, sino modos mediante los cuales la persona recupera su capacidad de sentirse, orientarse y actuar. Así, los resultados evidencian preliminarmente que el impacto terapéutico no se produce por actuar externamente sobre el Körper, sino por transformar la forma en que el Leib se experimenta en el mundo.

Merleau-Ponty (1993) amplía esta comprensión al situar el cuerpo vivido como sujeto de la percepción y centro de orientación de la existencia, de modo que el movimiento deja de ser una respuesta mecánica y se convierte en una forma de intencionalidad corporal. Gallagher y Zahavi (2021) señalan, en concordancia con ello, que aquello que se percibe está configurado por las capacidades sensoriomotoras del sujeto y por sus posibilidades de alcanzar, evitar, recorrer o transformar el entorno. Esta idea permite interpretar los resultados más allá de una mejora genérica de la conciencia corporal, pues respirar con mayor libertad, adoptar una postura diferente, aproximarse a otra persona, sincronizar un movimiento, ocupar un espacio o establecer un límite modifica el campo de acciones posibles y, con ello, la manera en que el mundo se presenta ante el individuo. Esto se observa en Sahai y Demkhosei (2026), donde la respiración, la postura y la toma de espacio restablecieron la gestión de las emociones relacionadas con las experiencias de violencia, así como en Eckhaus (2025), donde la coordinación corporal permitió reconocer y transformar dinámicas relacionales antes de que fueran

plenamente formuladas mediante el lenguaje.

De otro lado, es posible identificar cinco ejes a partir de la presente evidencia, que son: a) predominio de la DMT; b) Leib, seguridad e intercorporeidad; c) virtualidad y presencia corporal; d) memoria corporal, trauma y gestión emocional; e) implicaciones para educación física y prácticas corporales. Estos ejes se relacionan a continuación:

Predominio de la DMT

La continuidad fenomenológica entre percepción, movimiento y significación también permite explicar el marcado predominio de la DMT en la producción empírica encontrada. Koch y Fischman (2011) la conceptualizan como una psicoterapia corporeizada y enactiva que comprende a la persona como un sistema vivo, caracterizado por autonomía, plasticidad, apertura al ambiente y creación de sentido. Desde esta perspectiva, la danza no representa externamente un contenido psicológico previamente constituido, sino que participa en su formación y transformación mediante el ritmo, la acción sensoriomotora, la sintonización y la empatía cinestésica. Estas mismas autoras añaden que las artes terapéuticas permiten externalizar y simbolizar la experiencia, haciendo posible que la persona vuelva a relacionarse con ella desde un conjunto de significados diferentes.

Esta formulación dialoga con Ruzickova et al. (2026), quienes vinculan la DMT con nuevos procesos perceptivos, atencionales y emocionales, y con los resultados de Mills y Daniluk (2002), donde la danza favoreció la reconexión corporal, espontaneidad, la libertad y la integración en sobrevivientes de abuso. La afinidad entre DMT y fenomenología no se limita,



por tanto, a la presencia del cuerpo, sino que deriva de una comprensión compartida del movimiento como forma de conocimiento, relación y transformación, lo que también permite entender por qué esta modalidad ha desarrollado un lenguaje científico más claramente articulado con el Leib que otras psicoterapias corporales.

La perspectiva enactiva profundiza este argumento al cuestionar que la cognición y el cambio terapéutico se localizan exclusivamente en el cerebro. Gallagher (2017) sostiene que la cognición emerge de procesos distribuidos entre cerebro, cuerpo y ambiente. Fuchs (2020), a su vez, a través del principio de circularidad, propone que la experiencia corporeizada integra ciclos de autorregulación orgánica y ciclos de acoplamiento sensoriomotor con el entorno. Esta circularidad se manifiesta en los resultados cuando un cambio postural modifica la afectividad, cuando la regulación emocional amplía las posibilidades de interacción o cuando una experiencia relacional se sedimenta como una disposición corporal nueva. García et al. (2022) muestran que la modificación del espacio interactivo en la psicoterapia virtual alteró simultáneamente la postura, la sincronía, los silencios, la conducta verbal y la alianza terapéutica, mientras que Blanc et al. (2025) identificaron cambios en la autonomía corporal, la regulación del uso de la cámara y la construcción de comunidad. Estos hallazgos cuestionan cualquier explicación lineal del efecto terapéutico y respaldan una comprensión circular, en la que cuerpo, afectividad, acción, ambiente y relación se modifican recíprocamente.

Leib, seguridad e intercorporeidad

De otro lado, los resultados de Erkkilä y Samaritter (2024) permiten comprender la seguridad terapéutica desde esta estructura corporeizada, pues muestran que no basta con identificar racionalmente un entorno seguro, sino que la persona necesita experimentar seguridad dentro del propio cuerpo. El espacio seguro emerge de la interacción entre la conciencia corporal del terapeuta, los movimientos del consultante, la relación y las características del ambiente, por lo que posee una cualidad dinámica e intersubjetiva. Fuchs y Schlimme (2009) describen el Leib como el trasfondo pre-reflexivo que sostiene las acciones habituales y permite orientarse en las situaciones sin supervisar conscientemente cada movimiento.

Cuando esta base se altera, el cuerpo puede dejar de ser un medio transparente de participación y pasa a convertirse en objeto de hipervigilancia, rigidez o extrañeza. Price y Hooven (2018) coinciden en la relevancia de la conciencia interoceptiva para la regulación emocional, aunque el resultado de esta revisión permite añadir que la seguridad no depende únicamente de percibir estados internos, sino también de experimentar que esos estados pueden ser sostenidos y regulados dentro de una relación. La DMT ofrece una vía especialmente congruente con este proceso, pues permite que la seguridad sea comprobada corporalmente a través del ritmo, la distancia, la orientación espacial y la respuesta del otro, antes de convertirse en una afirmación reflexiva.

La intercorporeidad constituye otro mecanismo transversal de los estudios. Eckhaus (2025) encontró que la danza en pareja hacía visibles los patrones de comunicación, intimidad, confianza y negociación del espacio mediante la



coordinación corporal. Estos resultados dialogan con Jerak et al. (2018), quienes identificaron que la sintonía no verbal promovía espontaneidad, creatividad, contacto e integración, mientras la falta de sintonía generaba exclusión e inhibición. Estos hallazgos también coinciden con Engelhard (2021), cuyo análisis del baile entre madres e hijas reveló que las relaciones se expresan corporalmente mediante proximidades, distancias, movimientos convergentes y tensiones implícitas. Esto hallazgos, en diálogo con Fuchs y Schlimme (2009), demuestran que el cuerpo vivido contiene un conocimiento tácito de cómo participar en situaciones sociales, interpretar expresiones y coordinarse con los demás, de manera que la alteración de esta sincronización afecta el sentido de pertenencia a un mundo común. La sincronización no debería entenderse, entonces, como una simple coincidencia de movimientos, sino como una recuperación de la capacidad de responder al otro y dejarse modificar por su presencia.

Virtualidad y presencia corporal

Por otra parte, los presentes hallazgos sugieren que la virtualidad ofrece otro escenario terapéutico que no excluye la experiencia corporeizada, ya que hace visibles componentes de la interacción presencial que suelen permanecer implícitos. García et al. (2022) identificaron pérdida de conciencia del cuerpo entero, mayor rigidez postural y disminución de la sincronía, mientras que Blanc et al. (2025) encontraron una mayor necesidad de verbalizar las sensaciones corporales, junto con posibilidades de autonomía y accesibilidad. Gallagher y Zahavi (2021) permiten interpretar estos hallazgos mediante la distinción entre el esquema corporal, que regula de manera pre-reflexiva el movimiento, y la imagen

corporal, que convierte el cuerpo en objeto de percepción y valoración.

La cámara puede desplazar parte de la experiencia desde una corporeidad espontánea hacia una imagen corporal vigilada, en la cual el sujeto se observa y controla de manera más reflexiva. No obstante, cabe señalar que Rodríguez y Wilkinson (2026) puntualizan en la necesidad de educar una conciencia del cuerpo vivido que no se reduzca a información conceptual, aspecto particularmente relevante en ambientes digitales donde el cuerpo puede fragmentarse visualmente.

Bian (2026) relaciona este fenómeno con una dificultad contemporánea más amplia, caracterizada por el debilitamiento de la sintonía corporeizada bajo condiciones de digitalización y mercantilización. Estos resultados no justifican rechazar la terapia virtual ni tampoco emplearla para reemplazar los encuentros presenciales, más bien, sugieren que su efectividad exigiría diseñar formas intencionales de sostener la presencia, la movilidad y la reciprocidad dada en el contacto, teniendo en cuenta las ventajas y limitaciones de esta modalidad.

Memoria corporal, trauma y gestión emocional

La memoria corporal también constituye otro eje de esta revisión. Sahai y Demkhosei (2026) encontraron que la recuperación de sobrevivientes de violencia de género se producía mediante microactos de reclamación corporal, como respirar, modificar la postura, moverse, ocupar espacio y establecer límites. Fuchs (2012) plantea que la historia personal se conserva no solo en recuerdos narrativos, sino también en disposiciones corporales, estilos posturales y formas implícitas de relación mediadas por el cuerpo. Caldwell



y Koch (2018) desarrollan esta idea en el Ciclo en Movimiento, donde la secuenciación consciente de respuestas sensoriales y motoras permite acceder a imágenes, emociones y significados asociados a experiencias difíciles. Mills y Daniluk (2002) mostraron previamente que la danzaterapia facilitaba la reconexión corporal y la integración en sobrevivientes de abuso sexual, mientras que Pierce (2014) destacó su potencial ante la disociación y el trauma del desarrollo.

Entretanto, Stewart (2024) identificó cuerpos heridos, críticos, interseccionales y florecientes en estudiantes BIPOC de DMT, categorías que expresan cómo la discriminación, el reconocimiento, el agotamiento y los recursos comunitarios se inscriben en la experiencia corporal, mientras que Aleandri y Battista (2021) ampliaron esta discusión al mostrar que las narrativas corporeizadas podían transformar estereotipos, favorecer solidaridad y fortalecer relaciones interculturales. A la luz de estos hallazgos, el cuerpo no debería describirse como un contenedor pasivo del trauma, pues esa imagen reproduce una concepción objetivista de lo que justamente es subjetivo, como la experiencia de primera persona, sino como la dimensión vivida en la cual el pasado permanece operante y delimita acciones, sentimientos, emociones y formas de relación. En este orden de ideas, la superación del trauma estaría mediada por la creación de experiencias corporales capaces de sedimentarse como nuevas posibilidades, donde lo pre-reflexivo se torna reflexivo y donde se habilitan nuevos recursos terapéuticos.

Copteros et al. (2024) extienden la corporeidad situada hacia la relación con el ambiente, al mostrar que la DMT

favoreció la conexión con sistemas socioecológicos, el compromiso comunitario y una toma de decisiones más humana dentro de un equipo. Este hallazgo dialoga con Koch y Fuchs (2011), quienes refieren que el sí mismo extendido se expresa en prácticas culturales y artísticas que permiten a la persona proyectarse hacia su entorno y volver a relacionarse con esas expresiones. Desde esta perspectiva, la transformación no se reduce al individuo, sino que hace parte de un sistema al influir en su forma de participar en comunidades, instituciones y ecosistemas.

Por otro lado, Xin (2025) y Torgersen (2026) incorporan una dimensión espiritual y ritual al estudio del cuerpo vivido mediante el movimiento auténtico, la atención a impulsos internos, la presencia del testigo y la oración intencional en la danza. Estos procesos permiten que experiencias inicialmente prerreflexivas o difícilmente verbalizables sean reconocidas, simbolizadas e integradas. Gendlin (1969) ofrece una clave interpretativa mediante el concepto de sensación sentida, entendida como una comprensión corporal implícita que contiene significados todavía no formulados y que puede desplegarse mediante una atención abierta. Kawano (2018) encontró de manera semejante que un ritual corporal facilitaba la identidad, la conexión comunitaria y la creación de recursos corporales, mostrando que el ritual no es solamente una representación simbólica, sino también una experiencia enactiva de transición. Koch y Fischman (2011) permiten integrar estos hallazgos al señalar que el movimiento constituye un medio de creación de sentido que precede y acompaña la reflexión verbal, describiendo cómo se presentan estas experiencias y qué transformaciones producen.



La predominancia de estudios fenomenológicos, etnográficos y de caso resulta coherente con el interés por la experiencia de primera persona. Gallagher y Zahavi (2021) recuerdan que la fenomenología busca describir la estructura de la experiencia sin reducirla a explicaciones de tercera persona, aunque esto no implica rechazar la investigación cuantitativa. Fuchs y Schlimme (2009) proponen precisamente una integración entre fenomenología, psicopatología y neurociencia que preserve la subjetividad sin aislarla de los procesos biológicos y ambientales.

En este orden de ideas, la investigación futura podría integrar descripciones de primera persona, observaciones de segunda persona e indicadores clínicos de tercera persona, desarrollando una mirada integradora de los fenómenos de estudio y basada en una relación horizontal. Asimismo, cabe señalar que los hallazgos deben interpretarse con cautela, debido a que el predominio de diseños cualitativos, fenomenológicos, etnográficos y de caso, junto con el reducido tamaño de las muestras y la heterogeneidad de las intervenciones, no permite establecer relaciones causales, determinar magnitudes de efecto ni comparar la eficacia clínica de las modalidades estudiadas. En consecuencia, los cambios reportados en la conciencia corporal, la regulación afectiva, la agencia, la seguridad, la pertenencia y la interacción deben comprenderse como evidencias de impacto percibido y de potencial formativo o terapéutico, y no como demostraciones concluyentes de efectividad.

Implicaciones para la educación física y las prácticas corporales

Por otra parte, la evidencia ofrece implicaciones relevantes para la educación física, pues la comprensión fenomenológica del Leib permite trascender una enseñanza centrada exclusivamente en el rendimiento, la ejecución técnica y las capacidades del Körper, para reconocer que el movimiento constituye también una forma de percepción, expresión, relación y producción de significado (Husserl, 1989; Merleau-Ponty, 1993; Gallagher y Zahavi, 2021).

Desde esta perspectiva, la expresión corporal y la danza pueden emplearse como experiencias pedagógicas que favorezcan la atención a las sensaciones, la creatividad, la comunicación no verbal y la transformación de vivencias prerreflexivas en aprendizajes reflexivos, mientras la educación física inclusiva puede considerar cómo la cultura, la desigualdad y las relaciones de poder configuran la experiencia de habitar y mostrar el cuerpo. En esta dirección, Stewart (2024) evidenció que una pedagogía corporeizada puede reconocer experiencias de discriminación, promover el autocuidado y fortalecer la acción crítica en estudiantes BIPOC, mientras Copteros et al. (2024) mostraron que el movimiento puede favorecer la participación equitativa, la cocreación de conocimiento y la comprensión de la interdependencia socioecológica.

Asimismo, Blanc et al. (2025) señalaron que las prácticas corporales virtuales pueden ampliar la accesibilidad y la autonomía, aunque requieren un andamiaje intencional para preservar la conexión cinestésica, la seguridad y la comunidad, y Torgersen (2026) mostró que el movimiento puede adquirir sentidos rituales y espirituales vinculados con la integración personal. Estos resultados



sugieren que la formación docente debería preparar a los profesionales para observar no solo la corrección del gesto, sino también la experiencia subjetiva, relacional y contextual que lo acompaña, incorporando prácticas sensibles a la diversidad, al trauma y a las necesidades de participación. Así, los programas de actividad física orientados al bienestar podrían integrar la conciencia corporal, la sintonización, la autonomía y la construcción colectiva de sentido como principios pedagógicos, sin trasladar de manera acrítica intervenciones terapéuticas al aula ni atribuirles efectos clínicos que la evidencia disponible todavía no permite confirmar.

Conclusiones

Los presentes hallazgos sugieren conclusiones centradas en tres elementos diferenciados: a) El Leib en el contexto de las intervenciones recientes corporales y de movimiento; b) la evidencia disponible y su abordaje metodológico; c) las aplicaciones para la educación física, el componente de movimiento y la danza, así como la práctica corporal o la intervención corporal desde una agenda de investigación futura.

En primer lugar, la presente revisión permitió establecer que el Leib constituye un fundamento relevante para comprender el cambio terapéutico más allá de la intervención sobre el cuerpo físico. Las modalidades analizadas no se limitan a utilizar el movimiento, la respiración, la postura o el ritmo como técnicas instrumentales, sino que se centraron en la manera como la persona siente, actúa, se relaciona y construye significado desde su experiencia corporal. El Leib emerge, por tanto, como una dimensión constitutiva de la percepción, la afectividad, la gestión de emociones y la intersubjetividad, cuyo

restablecimiento puede abrir nuevas posibilidades de relación consigo mismo, con los demás y con el mundo.

La tendencia predominante de la investigación reciente, que corresponde a la DMT, no demuestra exclusividad ni superioridad frente a otros enfoques, sino un mayor grado de consolidación investigativa y conceptual. La evidencia disponible identificó transformaciones reportadas principalmente en la conciencia corporal, la regulación emocional, la recuperación de la seguridad, la resignificación de las vivencias, la ampliación de las posibilidades de movimiento, la sintonización, la comunicación, la pertenencia social y la construcción compartida de significados.

Entretanto, la presencia de estudios en contextos no clínicos que toma como base la experiencia corporeizada de primera persona sugiere que la intervención fenomenológica con el Leib como eje puede desarrollarse en escenarios educativos, comunitarios, culturales, espirituales, organizacionales y ecológicos, de cara al desarrollo de un trabajo metaclínico integrador. No obstante, estos resultados deben interpretarse como indicios de impacto percibido y potencial terapéutico, y no como demostraciones de eficacia general. Debido a que esta revisión no incorporó una evaluación formal de la calidad metodológica o del riesgo de sesgo, ni realizó un metaanálisis o un análisis comparativo entre modalidades, debe evitarse afirmar que los efectos son favorables de manera general o atribuirlos causalmente a las intervenciones estudiadas. En consecuencia, los hallazgos permiten describir tendencias y experiencias de transformación vinculadas con el cuerpo vivido, pero no establecer la



magnitud, la estabilidad ni la superioridad de sus efectos.

En segundo lugar, entre las limitaciones de esta investigación se encuentra la búsqueda restringida a Scopus y WoS, el uso de una única ecuación, la delimitación a los últimos cinco años y la exigencia de una fundamentación fenomenológica explícita, condiciones que pudieron excluir investigaciones que trabajan con la experiencia corporal mediante terminologías diferentes. La evidencia recuperada fue reducida, heterogénea y predominantemente cualitativa, con muestras pequeñas, estudios de caso y contextos difícilmente comparables. Estas características permitieron preservar la complejidad de la experiencia en primera persona, pero limitaron el establecimiento de relaciones causales, la estimación de magnitudes de efecto y la generalización de los resultados.

Teniendo en cuenta estos aspectos, se recomienda ampliar la búsqueda a otras bases de datos y expresiones conceptuales, fortalecer la investigación empírica sobre modalidades distintas de la DMT y desarrollar estudios comparativos, longitudinales y de métodos mixtos, donde no se relegue la experiencia de primera persona, pero sí integren mediciones que permitan comprender de manera más amplia los fenómenos de estudio con muestras más amplias y diversas. Asimismo, resulta importante examinar de manera sistemática cómo las condiciones culturales, políticas, espirituales y tecnológicas configuran la experiencia corporal, así como avanzar hacia una clasificación teóricamente sólida de las intervenciones según las dimensiones del Leib que movilizan, restituyen o transforman, ya que este desplazamiento permitiría precisar sus fundamentos fenomenológicos, comparar sus

mecanismos de cambio y orientar el desarrollo de prácticas terapéuticas más afines con la complejidad de la experiencia vivida.

En tercer lugar, los hallazgos ofrecen implicaciones directas para la educación física, en la medida en que permiten comprender el movimiento no solo como ejecución técnica, gasto energético o desarrollo de capacidades funcionales, sino como una forma de percepción y expresión, así como de relación con el sí mismo y con el mundo. Esta perspectiva amplía el alcance pedagógico de la danza, la expresión corporal y otras prácticas de movimiento al reconocer que pueden favorecer la conciencia del propio cuerpo, la regulación afectiva, la comunicación no verbal, la seguridad, la participación y la pertenencia. En este marco, la educación física puede incorporar propuestas más inclusivas y sensibles a la diversidad, en las que el cuerpo sea entendido como sujeto de experiencia y no únicamente como objeto de rendimiento. Esto supone diseñar prácticas corporales que valoren la vivencia en primera persona, la autonomía, la sintonización con otros, la exploración creativa y la posibilidad de transformar modos habituales de habitar el cuerpo y relacionarse con el entorno.

A partir de esta revisión, la agenda de investigación futura debería examinar con mayor precisión qué componentes del movimiento, la danza y otras intervenciones corporales producen cambios en la experiencia vivida, bajo qué condiciones pedagógicas y culturales se desarrollan y cómo se sostienen en el tiempo. Será necesario ampliar la diversidad de participantes y contextos, comparar modalidades de práctica corporal, integrar diseños longitudinales y de métodos mixtos, y articular indicadores



funcionales con descripciones de primera persona y observaciones relacionales.

También conviene estudiar de manera específica la formación docente, la educación física inclusiva, las prácticas orientadas al bienestar y las experiencias corporales en entornos virtuales, comunitarios y no occidentales. Esta línea permitiría construir intervenciones más rigurosas y contextualizadas, capaces de vincular el desarrollo motor con la experiencia subjetiva, la convivencia, el

cuidado y la transformación social, sin atribuir efectos clínicos que la evidencia todavía no permite confirmar.

Referencias

- Aleandri, G., y Battista, F. (2021, del 22 al 23 de septiembre). Arts-therapy as innovative educational strategy for embodied narrative, lifelong learning and inclusion [Conferencia]. *7th International Conference on Higher Education Advances (HEAd'21)*, Valencia, España.
- Allegranti, B. (2009). Embodied performances of sexuality and gender: A feminist approach to dance movement psychotherapy and performance practice. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy: An International Journal for Theory, Research and Practice*, 4(1), 17-31. <http://dx.doi.org/10.1080/17432970802682340>
- Arboleda, V., y Arenas, D. H. (2024). Efectos de la danza en los procesos cognitivos. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 4(5), 33-47. <https://doi.org/10.59614/acief42024208>
- Barrero, L. F. (2019). Dance as therapy: embodiment, kinesthetic empathy and the case of contact improvisation. *Adaptive Behavior*, 27(1), 91-100. <https://doi.org/10.1177/1059712318794203>
- Berrol, C. F. (2006). Neuroscience meets dance/movement therapy: Mirror neurons, the therapeutic process and empathy. *The Arts in Psychotherapy*, 33(4), 302-315. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2006.04.001>
- Bian, Y. T. (2026). The Embodied Approach in Philosophical Therapy: A Perspective from Phenomenology. *Philosophia*, 1-18. <https://doi.org/10.1007/s11406-026-00965-7>
- Blanc, V., Hyche, D., Pierre-Antoine, S., Rivera, N., Sward, A., y Terrio, C. (2025). Dance/Movement Therapy in Virtual Spaces: Building Practices for Connection. *Creative Arts in Education y Therapy*, 11(1). <https://doi.org/10.15212/CAET/2025/11/1>
- Bustos, O. M., Rojas, J. F., Sáez, M. M., y Marrero, N. M. (2026). Danza Movimiento Terapia: Camino hacia el Bienestar General. *Danzaratte: Revista del Conservatorio*



- Superior de Danza de Málaga, (19), 5-6.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10791341>
- Caldwell, C., y Koch, S. C. (2018). Working with embodied memory: The moving cycle as a phenomenological body psychotherapy method. *Journal of Consciousness Studies*, 25(7-8), 242-255.
<https://www.ingentaconnect.com/contentone/imp/jcs/2018/00000025/f0020007/art00012>
- Copteros, A., Karkou, V., y Palmer, C. G. (2024). Experiencing principles of dance movement therapy practice within transdisciplinary environmental research in South Africa. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 19(3), 231-249.
<https://doi.org/10.1080/17432979.2023.2268143>
- Descartes, R. (2010). *Meditaciones metafísicas*. (C. Adam y P. Tanery [AT], Trans.). Léopold Cerf. (Trabajo original publicado en 1641).
- Eckhaus, R. (2025). Relationships in Motion: Exploring Partner Dancing as an Embodied Psychotherapeutic Approach for Couples Therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 47(1), 23-42. <https://doi.org/10.1007/s10465-024-09409-9>
- Engelhard, E. S. (2021). The mother-adolescent daughter relationship as embodied in joint dancing. *The Arts in Psychotherapy*, 72, 101728.
<https://doi.org/10.1016/j.aip.2020.101728>
- Erkkilä, M., y Samaritter, R. (2024). Safe space in dance therapy—a phenomenological inquiry. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 19(1), 5-19.
<https://doi.org/10.1080/17432979.2023.2231992>
- Fuchs, T. (2012). The phenomenology of body memory. En S. H. Bloswick, T. Fuchs, y M. Seidler (Eds.), *Leib, Psyche und Gesellschaft. Phänomenologische Aspekte der Psychiatrie und Psychotherapie* (pp. 9-22). Kohlhammer.
- Fuchs, T. (2020). *The circularity of the embodied mind*. *Frontiers in psychology*, 11, 1707.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01707>
- Fuchs, T., y Schlimme, J. E. (2009). Embodiment and psychopathology: a phenomenological perspective. *Current Opinion in Psychiatry*, 22(6), 570-575.
<https://www.klinikum.uni-heidelberg.de/fileadmin/zpm/psychatrie/fuchs/Embodiment.pdf>
- Gallagher, S. (2017). *Enactivist interventions: Rethinking the mind*. Oxford University Press.
- Gallagher, S. y Zahavi, D. (2021). *The phenomenological mind* (2.^a ed.). Routledge.
- García, E., di Paolo, E. A., y de Jaegher, H. (2022). Embodiment in online psychotherapy: A qualitative study. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 95(1), 191-211. <https://doi.org/10.1111/papt.12359>



- Gendlin, E. T. (1969). Focusing. *Psychotherapy: Theory, Research y Practice*, 6(1), 4–15. <https://doi.org/10.1037/h0088716>
- Hartmann, C., Silva, J. F. de F. e, y Lopes, G. C. D. (2026). Corporeidade e movimento humano: um estudo fenomenológico nas práticas pedagógicas e terapêuticas. *Aposta: Revista De Ciencias Sociais*, 24(110), e783. <https://doi.org/10.23900/ra.v24i110.783>
- Hervey, L., y Stuart, L. (2012). Cultural competency education in approved dance/movement therapy graduate programs. *American Journal of Dance Therapy*, 34(2), 85-98. <https://doi.org/10.1007/s10465-012-9135-9>
- Husserl, E. (1949). *Ideas relativas a una fenomenología pura y una filosofía fenomenológica. Libro primero: Introducción general a la fenomenología pura* (J. Gaos, Trad.). Fondo de Cultura Económica. (Trabajo original publicado en 1913).
- Husserl, E. (1989). *Ideas pertaining to a pure phenomenology and to a phenomenological philosophy. Second Book: Phenomenological investigations in constitution* (R. Rojcewicz y A. Schuwer, Trans.). Kluwer Academic Publishers. (Trabajo original publicado en 1952).
- Husserl, E. (2011). *La idea de la fenomenología* (M. G. Baró, Trad.). Herder. (Trabajo original publicado en 1907).
- Jerak, T., Vidrih, A., y Žvelc, G. (2018). The experience of attunement and misattunement in dance movement therapy workshops. *The Arts in Psychotherapy*, 60, 55-62. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2018.06.001>
- Kawano, T. (2018). Transmission of the professional identity through an embodied artistic ritual: An investigation of a dance/movement therapy welcoming ceremony. *The Arts in Psychotherapy*, 57, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2017.09.001>
- Kielhofner, G. (2014). A meditation on the use of hands. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 2(3-4), 153-166. <https://doi.org/10.3109/11038129509106808>
- Koch, S. C., y Fischman, D. (2011). Embodied enactive dance/movement therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 33(1), 57-72. <https://doi.org/10.1007/s10465-011-9108-4>
- Koch, S. C., y Fuchs, T. (2011). Embodied arts therapies. *The Arts in Psychotherapy*, 38(4), 276-280. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2011.08.007>
- Kronsted, C. (2020). The self and dance movement therapy—a narrative approach. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(1), 47-58. <https://doi.org/10.1007/s11097-018-9602-y>
- Melo, G., y Fandiño, D. (2025). Beneficios de la Danza Movimiento Terapia (DMT) en la Psicoterapia: Una Revisión Sistemática. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 5(5), 35-53. <https://doi.org/10.59614/acief52025247>



- Merleau-Ponty, M. (1993). *Fenomenología de la Percepción* (J. Cabanes, Trad.). Planeta-Agostini. (Trabajo original publicado en 1945).
- Mills, L. J., y Daniluk, J. C. (2002). Her body speaks: The experience of dance therapy for women survivors of child sexual abuse. *Journal of counseling y development*, 80(1), 77-85. <https://doi.org/10.1002/j.1556-6678.2002.tb00169.x>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., McGuinness, L. A., Stewart, L. A., Thomas, J., Tricco, A. C., Welch, V. A., Whiting, P., y Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Pierce, L. (2014). The integrative power of dance/movement therapy: Implications for the treatment of dissociation and developmental trauma. *The Arts in Psychotherapy*, 41(1), 7-15. <http://dx.doi.org/10.1016/j.aip.2013.10.002>
- Price, C. J., y Hooven, C. (2018). Interoceptive awareness skills for emotion regulation: Theory and approach of mindful awareness in body-oriented therapy (MABT). *Frontiers in psychology*, 9, 335233. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00798>
- Robinson, D. (2023). In touch and between: a tactile toolkit for creative practitioners to navigate touch within their creative practice. *Theatre, Dance and Performance Training*, 14(2), 248-265. <https://doi.org/10.1080/19443927.2023.2191985>
- Rodríguez, S. (2009). Danza movimiento terapia: cuerpo, psique y terapia. *Avances en Salud Mental Relacional*, 8(2), 4. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3055329>
- Rodríguez, M. N., y Wilkinson, B. (2026). Teaching the body-as-lived: Integrating embodied self-awareness into counselor education through phenomenology and practice. *Counselor Education and Supervision. Advance online publication*, 65, 44-54. <https://doi.org/10.1002/ceas.70017>
- Rosendahl, S., Sattel, H., y Lahmann, C. (2021). Effectiveness of body psychotherapy. A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in psychiatry*, 12, 709798. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.709798>
- Ruzickova, L. T., Andrashko, V., y Prochazka, R. (2026). From Perception to Transformation: The Contribution of Dance Movement Therapy through Phenomenological and Neurobiological Lenses. *The Arts in Psychotherapy*, 102405. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2025.102405>
- Sahai, S., y Demkhosei, S. (2026). Somatic and embodied psychotherapy with survivors of gender-based violence in India: embodied resistance. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 21(1), 8-20. <https://doi.org/10.1080/17432979.2025.2601106>



- Sollmann, U. (2024). A Bioenergetic-Analytical and Phenomenological Approach to Pain Posture, Experience, Expressive Behavior. *International Journal of Body, Mind y Culture* (2345-5802), 11(4). <http://dx.doi.org/10.22122/ijbmc.v11i4.662>
- Stewart, C. (2024). Anti-oppressive pedagogy in dance/movement therapy education: Embodied experiences of black, indigenous, and students of color. *The Arts in Psychotherapy*, 89, 102151. <https://doi.org/10.1016/j.aip.2024.102151>
- Torgersen, A. (2026). My Dance Is My Prayer. *American Journal of Dance Therapy*, 1-18. <https://doi.org/10.1007/s10465-025-09426-2>
- van Alphen, F. (2014). Tango and enactivism: First steps in exploring the dynamics and experience of interaction. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 48(3), 322-331. <https://doi.org/10.1007/s12124-014-9267-1>
- Wu, J. (2025). Generating Sociality through the Senses in Movement and Music Therapy among People with Recurrent Psychosis. *Journal of the Anthropological Society of Oxford*, 17, 116-138. <https://doi.org/10.82256/jaso.v17i1.409>
- Xin, L. (2025). An Embodied Exploration of Authentic Movement from an Eastern Perspective Nourished by the Great Harmony to Embodying the Great Dao. *Creative Arts in Education and Therapy*, 11(2), 289-300. <https://doi.org/10.15212/CAET/2025/11/18>