

La investigación no es para algunas personas. Es para todos, absolutamente

Entrevista a Nadia Justel

Franco Rolletti

Universidad de Buenos Aires Filia

franco.rolleri77@gmail.com

ECOS - Revista Científica de Musicoterapia y Disciplinas Afines (ISSN 2545-8639)

<http://revistas.unlp.edu.ar/ECOS>

ECOS es una publicación de Cátedra Libre Musicoterapia (UNLP)

Fecha de correspondencia:

Recibido: 1/2/2018 Aceptado: 7/3/2018

Todas las obras de ECOS están bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial - Sin Obra Derivada 4.0 Internacional. Puede copiarla, distribuirla y comunicarla públicamente siempre que cite su autor y la revista que lo publica (ECOS - Revista Científica de Musicoterapia y Disciplinas Afines) agregando la dirección URL y/o el enlace de la revista. No la utilice para fines comerciales y no haga con ella obra derivada.

Cómo citar

Rolleri, F. (2019). La investigación no es para algunas personas. Es para todos, absolutamente. Entrevista a Nadia Justel. *ECOS - Revista Científica de Musicoterapia y Disciplinas Afines*, 4(1), 54-67.

 CÁTEDRA LIBRE
MUSICOTERAPIA



La entrevistada

Nadia Justel

Es Licenciada (UBA) y Doctora en psicología (UNC). Investigadora adjunta del Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET). Directora del Laboratorio Interdisciplinario de Neurociencia Cognitiva (LINC), en el Centro de Estudios Multidisciplinario en Sistemas Complejos y Ciencias del Cerebro (CEMSC3), Escuela de Ciencia y Tecnología, UNSAM. Especialista en análisis y modificación del comportamiento y la cognición. Desde el grupo de investigadores que dirige persiguen el objetivo en común de desarrollar intervenciones que sean mínimamente invasivas que puedan mejorar las funciones cognitivas, desde niños a adultos mayores. Es autora de más de 40 trabajos publicados en revistas nacionales e internacionales. Colabora con equipos de trabajo e instituciones nacionales e internacionales. Ex docente de la UBA de carreras de psicología, musicoterapia, filosofía entre otras. Miembro de comités editoriales de revistas nacionales e internacionales. Directora de múltiples subsidios de investigación.

Introducción

En diciembre de 2019, luego de algunos meses de haber participado como pasante en los seminarios del Laboratorio Interdisciplinario de Neurociencia Cognitiva (LINC) con base en el campus miguelete de la UNSAM, tuve el agrado de entrevistar a Nadia Justel, la directora del laboratorio. El encuentro se llevó a cabo al finalizar uno de estos seminarios, en un cuartito del laboratorio, donde semanalmente se exponen y analizan trabajos y publicaciones científicas acordes a las distintas líneas de investigación que se nuclean en el LINC. Música, bilingüismo y actividad física son las temáticas que conviven entre psicólogos y musicoterapeutas, doctores y doctorandos.

Animado a escribir un artículo por Veronika Diaz Abrahan, querida docente de “Neuro I”, como le decimos en Avellaneda a la asignatura Neurofisiopatología correspondiente a la carrera de Musicoterapia de la U.B.A. es que realice la entrevista a la Dra. Nadia Justel, con el objetivo de responder algunas dudas del trabajo en investigación, saber de su trayectoria de primera mano y conocer un poco de su relación con el ámbito de la investigación en épocas de estudiante y luego como docente.

Al finalizar, el encuentro de casi media hora, la entrevista nos deja el testimonio de una persona que logra transmitir pasión y dedicación por su trabajo, y a quien puedo sumar al grupo de personas merecedoras de admiración.

Les invito a leer

Para comenzar, ¿te gustaría hacer una presentación formal? (Presentación)

Mi nombre es Nadia Justel, soy doctora en psicología, dirijo el Laboratorio Interdisciplinario de Neurociencia Cognitiva (LINC) que pertenece al Centro de Estudios Multidisciplinarios en Sistemas Complejos y Ciencias del Cerebro, en la Universidad Nacional de San Martín (UNSAM). Pertenezco al Consejo Nacional de Investigaciones

Científicas y Técnicas (CONICET), soy investigadora adjunta y en el laboratorio investigamos tratamientos, intervenciones o estrategias que sean mínimamente invasivas y capaces de modular diferentes funciones cognitivas. Trabajamos con niños, adolescentes, adultos jóvenes y adultos mayores.

Excelente. ¿Podrías contar cómo fue tu recorrido académico? Estudios de grado, posgrado y demás. Y también, me gustaría preguntarte ¿Hace cuánto tiempo estás en investigación y en qué año comenzaste?

Estudios de grado, desde el secundario. Empecé a estudiar para la universidad en el último año. Luego, estudié y terminé la licenciatura en psicología y cuando estaba en primer año me di cuenta que la idea que tenía de psicología no era la idea que me atraía, ni me interesaba, ni me gustaba entonces pensé en cambiarme de carrera. Por suerte, en el segundo cuatrimestre de mi primer año conocí a mi profesora de Estadística, Jimena Picón Janeiro a la que hoy en día le agradezco muchísimo porque me abrió la cabeza. Ella me mostró que la psicología no era ésa que me estaban mostrando en los primeros meses de facultad. Me mostró un camino mucho más interesante donde la psicología era tratada como una ciencia. Lo que es, más allá del psicoanálisis.

En ese momento, empecé a interesarme por ver cómo insertarme allí donde la psicología era tratada como ciencia, y a partir del segundo año empecé a hacer diferentes cosas. Trabajé con pacientes esquizofrénicos en un taller de habilidades sociales y como era estudiante, observé algunas cosas de clínica. En tercer año, gracias a mi profesora de Metodología de la Investigación (que en esa época era Lores Arnaiz), comencé a insertarme en lo que es investigación. Ella dirigía un laboratorio de psicología en el tercer piso de Independencia donde hacían experimentos con ratas. Ahí trabajé con una chica que estaba

en quinto año, donde hacíamos experimentos acerca de lo que es el ambiente enriquecido en animales y cómo eso puede afectar la memoria. En resumen, empecé a trabajar desde tercer año de la facultad en 2004. Ahí comencé ayudando, como toda persona que empieza en investigación, limpiando cajas de animales y demás hasta que fui entendiendo de a poco cómo funcionaba todo, y en cuarto año ya me instalé en un laboratorio. Fue en el Laboratorio de Psicología Experimental y Aplicada (Instituto Lanari) que dirigía Alba Mustaca, quien nos abrió las puertas a muchas personas, que comencé en lo que es investigación básica, doctorados y todo lo que tiene que ver con posgrados y demás que yo aún desconocía. Ahí ayudé a personas que estaban haciendo su doctorado.

Ya para cuando terminé quinto año estaba totalmente decidida que lo que quería hacer, era investigación. Habiendo pasado por hospital, por clínica y por diferentes ámbitos, sabía que lo que más me gustaba, me interesaba y me apasionaba, era hacer investigación.

Cuando terminé la facultad me sale la beca de doctoral, así que ensamblé apenas me recibí. Desarrollé mi doctorado en todo lo que tiene que ver con hormonas sexuales y memoria de la frustración en animales, luego hice un post doctorado, después vino lo que es ingreso a carrera donde ya formalmente soy plantel de CONICET como investigadora. Básicamente fue eso, investigación, hace ya más de 15 años que trabajo en eso.

La siguiente pregunta, y si bien ya pasaste por eso aún me interesa saber. Dentro de tu formación de grado específicamente ¿Qué lugar ocupaba la investigación como posible inserción de la disciplina? Tanto como alumna en psico y por otro lado, como docente en musicoterapia.

Siendo yo estudiante, me tuve que buscar bastante el lugar en investigación. No es algo que en el primer día, semana o mes de clases te digan “hay diferentes salidas laborales, una de ellas es la clínica, otra es la comunitaria y una de ellas es la investigación”. Me enteré en algunas materias. Una de ellas fue Estadística, por mi profesora que, si bien no trabajaba en investigación, la tenía muy clara y explicaba qué era, y después formalmente en Metodología de la Investigación con Lores Arnaiz que era una genia y tenía muy claro que esto es un camino que se puede hacer. Pero solo fueron dos o tres profesores en los cinco años de carrera que tuve, entonces la realidad es que, siendo estudiante, casi no existe la puerta a la investigación. Yo me la busqué porque sino era abandonar la carrera, entonces empecé a ver qué otras posibilidades había. Ahí encontré que estaba esto y me empecé a insertar, pero tampoco es que se trata de un camino super fácil.

Siendo docente, yo siempre fui primero investigadora y después todo lo demás, así que como investigadora docente o docente investigadora, a los chicos siempre se los resalté desde el primer día de clases, que yo trabajé en investigación.

¿Siempre diste clases en Musicoterapia?

Di clases en psicología y di clases en posgrado. Pero sí, mi mayor cantidad de tiempo fue en musicoterapia. Y a los estudiantes siempre fue decirles desde el primer día cuando me presento, qué es lo que yo hago. Contarles qué es y también contarles que existe esa posibilidad y fundamentalmente, que existe para ellos, porque no es que existe para una persona. También algo que le digo a la gente que trabaja conmigo, es que yo no soy ninguna iluminada. No es que tengo capacidad superior en lo más mínimo, es simplemente saber lo que quiero, enfocarme en eso e ir hacia ahí. Eso también es a resaltar, que no tengo ninguna capacidad ni habilidad especial, entonces todos podemos hacerlo. Cualquiera que

se lo ponga como meta lo puede hacer, no se trata de que investigación es para algunas personas y no para todas, sino que es para todos absolutamente y en diferentes ámbitos. Yo trabajo en investigación básica pero hay diferentes ámbitos, como por ejemplo investigación clínica, y hay mucha gente que no lo sabe.

Entonces, como docente siempre lo recalqué mucho porque es algo que yo sentí que a mí me faltó, y se lo resalto a los alumnos. Como estudiante prácticamente no lo vi.

¿Cuál es la temática del laboratorio donde estás trabajando? ¿Dónde está inscripto? Y ¿Cómo está compuesto el equipo de personas con el cual trabajas?

Como te dije, el laboratorio que dirijo es el LINC que nació hace muy poquito, tres años nada más. Yo en realidad, como mencioné, mi carrera de posgrado la hice en el Instituto de Investigaciones Médicas (Lanari), en el Laboratorio de Psicología Experimental, y hace tres años me ofrecieron formar este laboratorio. Fue un desafío para mí, no sabía si lo iba a poder llevar a cabo y realmente lo pude hacer y me siento muy orgullosa del equipo que formé.

Obviamente el laboratorio no se forma solo, no es una persona sino que es un grupo de gente, y sin un grupo de gente no existiría. Somos varios, en este momento el tema principal que recorre todo el laboratorio es investigar estrategias que sean capaces de modular las funciones cognitivas y de ahí hay diferentes ramas. Una de las ramas tiene que ver con estrategias que se relacionen con la música y ahí tenemos dos personas que trabajan en esa línea. Una de ellas es Veronika Diaz Abrahan que se doctoró este año en neurociencias, y ella trabajó sobre lo que tiene que ver con el efecto de la improvisación musical sobre la memoria. Trabajó con adultos jóvenes, adultos mayores, niños y personas con Alzheimer y halló que en cada uno de esos grupos, en las diferentes memorias que ella

evaluó, la improvisación musical mejoró la memoria de los participantes, con resultados muy estructurados y muy fuertes en cada una de las áreas. Uno a veces en investigación, puede encontrar un fenómeno y no replicarlo, esas cosas que se dan una o dos veces en la vida. Lo que se vio con el doctorado de Vero, es que todo lo replicó en absolutamente todo lo que estuvo trabajando ya sean, poblaciones o tipos de memoria, así que es un resultado super fuerte.

Después está María que también trabaja con la línea de música, en el caso de Vero lo que hace son intervenciones más bien focales, agudas, mientras que María lo que hace son entrenamientos de largo plazo, ya sean cuatro, doce o veinticuatro semanas. Entrena a niños preescolares de tres, cuatro y cinco años con diferentes tipos de entrenamientos musicales y ve si eso afecta o no las funciones cognitivas de memoria, lenguaje y visuoespacialidad.

Hasta ahora lo que venimos encontrando con María es que, para las diferentes edades el entrenamiento de música estaría mejorando todo lo que tiene que ver con memoria y lenguaje no así, con visuoespacialidad. Y de vuelta, tanto en lenguaje como en visuoespacialidad, evaluamos con un montón de tests, no con uno, y encontramos una réplica, es decir, en todos los tests de lenguaje está funcionando el entrenamiento musical mientras que en todos los tests de visuoespacialidad no. Es un resultado súper fuerte el que se está hallando. María Benitez está haciendo su doctorado, ella es licenciada en musicoterapia, es música, Vero también es música, y María está en su primer año de doctorado pero viene trabajando conmigo desde el 2015, viene recolectando datos hace tiempo.

Después hay dos líneas más, una que tiene que ver con lenguaje que se encarga la licenciada en psicología Leticia Sarli, ella está en su primer año doctoral aunque trabaja hace un par de años e investiga cual es la relación que existe en todo lo que tiene que ver

con la adquisición de una segunda lengua, bilingüismo, y la memoria que tiene que ver con emocionalidad, es decir el acceso que uno tiene emocional a las palabras. Ella recién está empezando, así que los resultados todavía son super incipientes y tienen que ver con cómo uno adquiera la información, en una u otra lengua, está connotada con determinada emocionalidad. Y después está Maximiliano Bossio, licenciado en psicología también. Él está en su primer año de doctorado y lo que investiga, es como tener una vida comprometida con la actividad física puede afectar la memoria así como la salud autopercebida y como a su vez, no sólo el estilo de vida que uno tenga, sino el utilizar el ejercicio físico como una intervención aguda, puntual o focal también puede afectar la memoria, particularmente la memoria emocional.

Así que esas son las diferentes líneas, todas persiguiendo un mismo objetivo, algunas ya super consolidadas como lo son la línea de música, y otras recién incipientes como son la línea de lenguaje o deporte. La realidad es que con música venimos trabajando desde 2012, hace casi 8 años, entonces es una línea que venimos con muchos resultados hace mucho tiempo y las otras sólo hace uno o dos años, entonces es lógico que todavía estén naciendo.

¿Hubo algún proceso de selección para las personas que integran el grupo?

No. La realidad es que lo que siempre le digo a todas las personas que quieran venir, es que el laboratorio es de puertas abiertas. Acá entra el que quiere entrar y se queda el que se quiere quedar, entonces cuanto más uno se comprometa, más va a poder lograr. Han pasado muchos pasantes, han pasado otras personas, se han doctorado otras personas que han seguido su rumbo, pero no, el laboratorio es de puertas abiertas. Siempre que uno se comprometa, está abierto.

Sobre el trabajo interdisciplinario ¿Cómo es el trabajo en investigación para alguien que ingresa al equipo?

De vuelta, la realidad es que el laboratorio es abierto. La interdisciplina no es de lo más fácil, nosotros es algo que estamos intentando y todavía es algo muy nuevo, la mayor interdisciplina que hacemos es entre musicoterapia y psicología que tampoco es tan alejado, así que es bastante relativo. La idea es que esa parte crezca, porque sobre todo a mí me interesa que haya otras disciplinas de otras ramas. Y la inserción tiene que ver con: El laboratorio tiene un objetivo, dentro de ese objetivo hay diferentes formas de agarrarlo, si se quiere, desde cualquier rama. Por ejemplo, va a ingresar a trabajar un médico que va a hacer una maestría acá, así que vamos a ver todo lo que tiene que ver con fisiología y música, desde un lugar más de medicina y no tanto de psicología o musicoterapia. Así que la inserción es abierta pero no es tan simple como decir “sí, hago interdisciplina”, no es tan simple.

O sea, en el momento en el que esa interdisciplina sucede o se lleva a cabo es mucho más complejo que simplemente juntar...

Personas, exactamente. No es que juntamos diferentes ámbitos y va a funcionar, no. Tiene que ver mucho más con la motivación que cada uno tenga, como se quiera insertar, que el objetivo esté en el mismo lugar.

Bien, la última. ¿Hay recomendaciones para alumnos que están en su proceso de formación de grado? Y ¿Qué recomendación hay para graduados? Los pasos a seguir, si se quiere, para poder insertarse o desempeñarse/formarse en investigación.

¿Es difícil hacerlo? ¿Cuáles son las posibilidades de lograr esto?

Para estudiantes de grado, la mayor recomendación es que cuiden el promedio ¿Por qué? Porque a ver, la realidad es que uno para trabajar en investigación no hace falta que tenga una beca en investigación. Pero la realidad, es que es muy difícil trabajar en paralelo mientras que se hace un doctorado, o sea, hacer tu carrera en investigación y aparte solventarte económicamente, porque hay que comer, vivir, pagar alquileres, etc. Lo ideal, es que uno haga un doctorado soportado por una beca, una beca Conicet, por ejemplo, UBACyT, también hay otro tipo de becas. Es decir, que alguien te pague un sueldo para que vos te dediques exclusivamente a investigar, eso es lo ideal. Para poder hacer esto, el sistema lo que más toma en cuenta, es tu promedio. Un 30% de ese 100% que es tu puntaje, es el promedio. Entonces, si vos no tenes un buen promedio es muy difícil que entres a Conicet, que es el ente que va a pagar tu sueldo y ¿Por qué es tan difícil? Porque hablamos de que hay gente que entra con 92 puntos y gente que se queda afuera con 90, no es que estamos hablando de un siete versus un nueve, no, estamos hablando de pequeñeces. Entonces el promedio es básico, y más allá, es juntar antecedentes en investigación, que tiene que ver con insertarse en un instituto, equipo o laboratorio que esté trabajando en investigación y que te pueda guiar en que es lo que podés hacer, ya sean congresos, publicaciones, experimentos, inserción en todo lo que es el ámbito de la investigación. Entonces, si bien lo más relevante es cuidar el promedio, sólo con el promedio no podés entrar. Si bien lo otro no es tan relevante, son 15 puntos del total, entonces van de la mano: Cuidar el promedio, número uno y después, insertarte en un equipo. Insertarse en un equipo, no sólo para conseguir los antecedentes, sino para que veas lo que es investigación. Mucha gente tiene un ideal si va a hacer investigación y no tiene idea de lo que se enfrenta, lo que significa hacer investigación. Entonces, ¿Para un estudiante? Eso, cuidar el

promedio y que se inserte en un laboratorio dos o tres años antes de terminar la carrera para saber qué es lo que quiere hacer ¿Cómo? ¿Hacia dónde? Y empezar a moverse por ahí.

Para un graduado ya es más difícil, porque no podés hacer demasiado por el promedio, lo que no significa que no se pueda. Ahí lo más relevante es que te insertes en un equipo, uno solo no puede investigar nada. Necesitás un equipo que te soporte, que te enseñe, que te vaya guiando en qué es lo que debés hacer. Entonces, para una persona graduada la recomendación es que se inserte en un equipo. Hay un montón de equipos, la realidad es que hay muchos, que se inserte en alguno que le interese desde cualquier ámbito. Y no hay sólo equipos en psicología. Hay en medicina, en ingeniería, en exactas, en biología hay muchísimos. Entonces, buscar absolutamente en todas las ramas posibles que es lo que a uno le interesa y lo motiva, porque la realidad es que la investigación es un camino super largo, super arduo, super frustrante y tenés que hacer algo que te guste porque, si no hacés algo que te guste vas a terminar abandonando. Esa sería la lógica para graduados.

¿Si es fácil insertarse? No, no es fácil, no es tan simple. Tampoco es imposible. Con una buena guía no es imposible, tenés que tener una persona que te guíe en el camino, para dónde ir y para dónde no ir, cómo. Porque la realidad es que hay mucho recoveco, mucho laberinto, pero si tenés alguien que te guíe no es difícil, es un hermoso camino a seguir.

Me extiende un poco de curioso, pero me surge una pregunta más con esto que comentás. Sobre este imaginario que hay sobre la investigación, el camino a una primera investigación ¿Es tan simple como insertarse en un laboratorio y decir “quiero empezar a investigar esto” o hay una estructura a la cual adherirse?

Cuando uno se inserta a un laboratorio, instituto o centro, este ya está funcionando. No es que traigo un día y digo “tengo este proyecto”. No, uno se inserta en lo que se está haciendo y en eso que se está haciendo, te vas moviendo y viendo lo que podés hacer.

La realidad es que uno tiene ideas. Poder llevar a cabo una investigación con un diseño propio, es un camino largo que jamás va a suceder en el primer año de inserción de trabajo. Si puede suceder después de tres o cuatro años que estás trabajando en un lugar y tenés idea de qué es lo que querés, cómo lo querés, hacia dónde ir. Entonces, primero y principal te insertás en un lugar que ya tiene una línea de trabajo, por eso digo que tenés que buscar los diferentes laboratorios a ver qué es lo que realmente te interesa y en base a eso, empezar a insertarte en las líneas que ya están. Primero ayudando y después viendo, bueno “esto me interesa un poco más. Y esto ¿Por qué no le damos esta vuelta?” pero como decía, siempre con una guía porque necesitas que una persona te guíe y te diga “sí, tu idea es muy bonita pero es imposible”. Entonces, ¿primera investigación que uno hace? Te diría que después del doctorado porque las primeras investigaciones son dadas por los directores. Porque uno tiene alguna idea de qué es lo que quiere investigar, de ahí a que esas ideas sean posibles de hacer, hay un camino largo. Entonces, tomamos esas ideas, las adaptamos a las diferentes líneas y le damos guía. Las fuimos aggiornando a cosas que sean realmente posibles de hacer porque las ideas locas y descabelladas son interesantes, pero necesitas tener datos. Necesitas tener resultados, porque sin resultados no te podés mover. Ahí entra el papel del tutor como para decir “está todo muy lindo, pero movámonos por acá”. Entonces, ¿Una investigación que uno solo elija y que diga “bueno, ¿Esto es lo que yo quiero hacer? Pasa bastante.

Por Franco Rolleri

Estudiante de la Licenciatura en Musicoterapia (UBA).

Referencias

- Benitez, M., Diaz abraham, V., Sarli, L., Bossio, M., & Justel, N. (2018) Las clases de música mejoran la memoria en niños prescolares. *Cuadernos de Neuropsicología. Panamerican Journal of Neuropsychology*, 12(2).
- Bossio, M., & Justel, N. (2018). Impacto de un estilo de vida activo sobre la memoria emocional. *Acción Psicológica*, 15(1), 39-56.
- Diaz Abraham, V. Shifres, F. & Justel, N. (2019). Cognitive Benefits From a Musical Activity in Older Adults. *Frontiers in Psychology*, 10(652).
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00652>
- Sarli, L. & Justel, N. (2019). Moduladores de la ventaja del bilingüismo en la inhibición, atención y tareas de cambio. *Pensamiento Psicológico*, 17(1), 87-100.