



**GRADO EN ADMINISTRACIÓN Y DIRECCIÓN  
DE EMPRESAS**  
**CURSO ACADÉMICO 2024-2025**

**TRABAJO FIN DE GRADO**

**EL PODER DEL BAILE: COMUNICACIÓN CON CAUSA  
EN LA NUEVA ERA DIGITAL**

**THE POWER OF DANCE: COMMUNICATING WITH  
PURPOSE IN THE NEW DIGITAL AGE**

**AUTOR: LAURA GARCIA ESCUDERO**

**DIRECTOR: IGNACIO RODRIGUEZ DEL BOSQUE**

**JUNIO 2025**

<b>RESUMEN.....</b>	<b>3</b>
<b>SUMMARY.....</b>	<b>3</b>
<b>INTRODUCCION .....</b>	<b>4</b>
<b>1. MARCO TEORICO .....</b>	<b>4</b>
1.1. DEFINICIÓN DE COMUNICACIÓN CON CAUSA .....	4
1.2. HISTORIA Y EVOLUCIÓN DE LA COMUNICACIÓN CON CAUSA .....	5
1.3. EL BAILE COMO FORMA DE EXPRESIÓN CULTURAL.....	5
1.4. EL PAPEL DE LAS REDES SOCIALES EN EL ACTIVISMO DIGITAL .....	6
1.5. EL PODER DE LAS EMOCIONES Y LA EMPATÍA EN LA COMUNICACIÓN .....	7
<b>2. EL BAILE COMO LENGUAJE DE EXPRESIÓN SOCIAL .....</b>	<b>8</b>
2.1. CARACTERÍSTICAS E HISTORIA DEL BAILE.....	8
2.2. EL BAILE COMO HERRAMIENTA DE VISIBILIDAD DE CAUSAS SOCIALES .....	9
2.3. INFLUENCIA CULTURAL DEL BAILE EN LAS COMUNIDADES SOCIALES .....	10
2.4. CASOS EMBLEMÁTICOS DE BAILE CON CAUSA EN REDES SOCIALES .....	11
<b>3. LAS REDES SOCIALES COMO CANAL DE DIFUSIÓN DE CAUSAS SOCIALES .....</b>	<b>11</b>
3.1. EL PAPEL DE LAS REDES SOCIALES EN LA ERA DIGITAL .....	12
3.2. PLATAFORMAS CLAVE PARA LA DIFUSIÓN DE MENSAJES SOCIALES: TIKTOK, INSTAGRAM Y YOUTUBE .....	12
3.3. EL PODER VIRAL DEL BAILE: COMO SE CONVIERTE EN TENDENCIA.....	13
<b>4. CASOS DE ESTUDIO .....</b>	<b>14</b>
4.1. CASO 1: EL USO DEL BAILE PARA PROMOVER LA SALUD MENTAL .....	14
4.2. CASO 2: BAILE COMO MEDIO DE INCLUSIÓN Y DIVERSIDAD EN LAS REDES SOCIALES .....	15
4.3. ANÁLISIS COMPARATIVO DE AMBOS CASOS ESTUDIADOS .....	16
<b>5. ANALISIS DE LA EFICACIA DEL BAILE COMO HERRAMIENTA DE COMUNICACIÓN SOCIAL.....</b>	<b>18</b>
5.1. IMPACTO DE LA SENSIBILIZACIÓN Y MOVILIZACIÓN SOCIAL .....	18
5.1.1. La danza como medio de protesta y visibilización.....	18
5.1.2. Proyectos comunitarios y terapéuticos .....	18
5.1.3. Danza como estrategia de expresión y comunicación .... ¡Error! Marcador no definido.	
5.2. ESTUDIO DE LA INTERACCIÓN Y PARTICIPACIÓN DE LA AUDIENCIA EN LAS CAMPAÑAS .....	19
5.3. EL PAPEL DE LOS <i>INFLUENCERS</i> Y CREADORES DE CONTENIDO EN LA DIFUSIÓN DE CAUSAS SOCIALES.....	20
5.3.1. Movilización y conciencia colectiva: .....	21
5.3.2. Responsabilidad ética y profesionalización:.....	21
<b>6. CONCLUSIONES .....</b>	<b>21</b>

6.1. RESUMEN DE LOS PRINCIPALES HALLAZGOS.....	21
6.2. RELEVANCIA Y POTENCIAL DEL BAILE EN LA COMUNICACIÓN CON CAUSA EN REDES SOCIALES .....	22
6.3. RECOMENDACIONES PARA FUTURAS INVESTIGACIONES Y CAMPAÑAS DE COMUNICACIÓN.....	23
6.4. CONCLUSIONES .....	24
<b>BIBLIOGRAFIA.....</b>	<b>25</b>

## RESUMEN

En este Trabajo de Fin de Grado analizo el papel del baile como herramienta de comunicación con causa en la nueva era digital, centrándose la atención en como las redes sociales (TikTok, Instagram y Youtube) han conseguido transformar la danza en un medio de expresión y de activismo social. El trabajo parte del concepto de comunicación con causa, que busca sensibilizar y movilizar a la sociedad a través de ciertos mensajes con cierto propósito.

El trabajo estudia el valor emocional y expresivo del baile como método de lenguaje no verbal y su evolución como medio de visibilidad e inclusión social. A través de enfoques teóricos y prácticos, se presentan casos y estudios de casos reales donde la danza ha ayudado a abordar temas como la salud mental, la diversidad funcional o la justicia social.

Asimismo, se analiza el poder viral del baile en plataformas digitales, identificando factores que favorecen la participación y el *engagement*, como la simplicidad de las coreografías, el uso de *hashtags* y la implicación de los *influencers* y creadores de contenido.

El estudio concluye en que el baile, más allá de su dimensión artística, se ha consolidado como una poderosa herramienta de comunicación con causa en redes sociales, permitiendo conectar con la audiencia, visibilizar problemáticas sociales y fomentar la participación. Finalmente, se proponen recomendaciones para futuras investigaciones y campañas, destacando el potencial del baile como motor de cambio social en la era digital.

## SUMMARY

This Final Degree Project analyzes the role of dance as a tool for cause-driven communication in the new digital era, focusing on how social media platforms (TikTok, Instagram, and YouTube) have transformed dance into a medium of expression and social activism. The study is based on the concept of communication with cause, which seeks to raise awareness and mobilize society through purposeful messages.

The project explores the emotional and expressive value of dance as a form of nonverbal language and its evolution as a vehicle for visibility and social inclusion. Through both theoretical and practical approaches, it presents emblematic examples and real case studies where dance has contributed to addressing issues such as mental health, functional diversity, and social justice.

Additionally, the viral power of dance on digital platforms is examined, identifying factors that enhance participation and engagement, such as the simplicity of choreographies, the use of hashtags, and the involvement of influencers and content creators.

The study concludes that dance, beyond its artistic dimension, has become a powerful tool for cause-related communication on social media, allowing connection with audiences, highlighting social issues, and encouraging participation. Finally, it proposes recommendations for future research and campaigns, emphasizing the potential of dance as a driver of social change in the digital age.

## INTRODUCCION

Nos encontramos en un momento en el que las redes sociales son mas que un medio de comunicación para las personas- nos levantamos y lo primero que hacemos es coger nuestro teléfono móvil y ver WhatsApp, Instagram, Twitter, TikTok, entre otras.

Las redes sociales se han llegado a consolidar como herramientas de comunicación principales en el mundo digital transformando la manera en la que los individuos y las personas interactúan con su público. Existen numerosas formas de comunicación dentro de estas, pero la comunicación con causa es una estrategia clave para generar un impacto positivo en la sociedad.

Lo que busca la comunicación con causa es promover mensajes relacionados con causas sociales, medioambientales, culturales, etc. para además de informar, sensibilizar y generar una emoción en la parte receptora.

El objetivo de este Trabajo de Fin de Grado es analizar el papel de las redes sociales como plataformas para la difusión de mensajes con causa y su efectividad en la creación de conciencia a través de campañas donde el baile sea el protagonista y que estén diseñadas y ejecutadas en plataformas como TikTok, Instagram y YouTube.

## 1. MARCO TEORICO

### 1.1. DEFINICIÓN DE COMUNICACIÓN CON CAUSA

La comunicación con causa trata de difundir mensajes con importancia creando una reacción y un impacto social, cultural o ambiental, buscando también sensibilizar, educar o movilizar a las personas con causas concretas. Para que una comunicación tenga relevancia es importante que tenga un compromiso real y perdurable en el tiempo.

Pero realmente, hablando en el ámbito de la comunicación como dice (ANTONIO CORNADÓ, 2021) “las acciones sociales de las empresas influyen positivamente en su reputación, pero es necesario hacerlo saber, ya que lo que no se comunica no se conoce y no puede valorarse.” Definiendo la comunicación con causa como una forma de transparencia y compromiso, no defendiéndolo cuando se trata de algo artificial u oportunista. Creyendo que la mejor forma de evitarlo es comunicar con sencillez, honestidad y ética.

En resumen, la comunicación con causa está dirigida a un público específico, con unos valores concretos y que se comunique en el mundo digital.

## 1.2. HISTORIA Y EVOLUCIÓN DE LA COMUNICACIÓN CON CAUSA

Los inicios de la comunicación con causa se pueden encontrar en las campañas de salud pública y en los movimientos sociales del siglo XIX y principios del XX. En este periódico, la comunicación se utilizaba para educar a los lectores sobre temas de salud, seguridad o bienestar. Por ejemplo, durante la Revolución Industrial, las campañas de higiene pública fueron muy importantes para evitar la propagación de enfermedades. (RIVAS, 2004). En este tipo de comunicación, se centraban en la educación y la sensibilización.

Con la consolidación de los medios de comunicación masiva, como la radio, televisión y prensa, la comunicación con causa empieza a tomar una forma más estructurada. A lo largo del siglo XX, después de la Segunda Guerra mundial, surgen diversas organizaciones no gubernamentales (ONG) que usaban estos medios para promover causas sociales. La comunicación con causa dejaba de ser un simple canal informativo para convertirse en una herramienta de movilización y sensibilización pública.

Durante las décadas de 1960 y 1970, los movimientos de derechos civiles y las protestas por la paz en el mundo utilizaron la comunicación como un medio de desafío y protesta. De acuerdo con (DIAZ, 2010), en esta época se marca un punto de inflexión donde la comunicación con causa se integra dentro de las estrategias de activismo social y político.

A finales del siglo XX y principios del XXI con la llegada de Internet y las redes sociales, la comunicación con causa experimenta una gran transformación. Las plataformas ofrecen diferentes opciones para que el público participe de manera activa en las causas sociales. Según (CASTELLS, 2009), las redes sociales permiten a los activistas llegar a audiencias específicas y organizar así movimientos sin depender de los medios tradicionales.

La comunicación con causa ha pasado de ser un fenómeno distribuido por todo el mundo, donde la información se difunde de manera viral a través de plataformas sociales, permitiendo que cualquier persona desde cualquier parte del mundo pueda participar en movimientos globales.

## 1.3. EL BAILE COMO FORMA DE EXPRESIÓN CULTURAL

El baile es mucho más que una forma de expresión artística, en muchas culturas es un pilar fundamental ya que refleja desde rituales sagrados hasta fiestas y celebraciones sociales, refleja las tradiciones, historias y emociones de los pueblos.

En cada cultura, el baile es un método de transmitir valores, tradiciones e historias. Por ejemplo, los bailes africanos son muy significativos en sus comunidades ofreciendo tanto una expresión de identidad como una forma de narración oral. Otro ejemplo es el flamenco en España, no solo es un espectáculo, sino que es una forma de transmitir la identidad andaluza, llena de arte y pasión.

En rituales y ceremonias religiosas el baile también juega un papel crucial, por ejemplo, en la India, existen danzas clásicas que son parte de rituales religiosos y cuentan historias sobre los dioses y diosas de *hinduismo*.

Mas allá de todo el tema espiritual y religioso, el baile es un punto de encuentro social, por ejemplo, en celebraciones, bodas, festivales y fiestas. Un claro ejemplo es en América Latina la salsa o la bachata, se bailan en celebraciones y reuniones familiares reflejando la alegría de vivir en comunidad.

El baile traspasa fronteras, ya que en cada cultura además de aprender y bailar su estilo propio también se aprenden bailes de otras culturas, mostrando así un respeto e interés por las culturas ajenas. (IZAKO, 2025)

### 1.4. EL PAPEL DE LAS REDES SOCIALES EN EL ACTIVISMO DIGITAL

Este tema es hoy en día muy relevante, ya que las redes sociales han revolucionado la forma en la que las personas se comunican, se organizan y se movilizan para generar cambios sociales y políticos.

Con *activismo digital* se refiere al uso de las tecnologías y plataformas digitales, como son las redes sociales, para promover un cambio social o político. Gracias a las redes sociales, estos activistas pueden organizarse de manera rápida y alcanzar una gran audiencia difundiendo información relevante.

Las redes sociales han eliminado muchas barreras tradicionales del activismo. Gran a su accesibilidad global, personas de todo el mundo el mundo puede unirse a un mismo movimiento. Según (Castells, 2012) las redes sociales permiten “*nuevas formas de comunicación que son esenciales para la organización de movimientos sociales en la era digital*”.

Las redes sociales nos permiten crear narrativas visuales, siendo esto una estrategia muy poderosa en el activismo digital. Nos permiten compartir videos o imágenes creando en los usuarios experiencias únicas, captando así su total atención y dejando en ellos una impresión duradera. Además de transmitir emociones generando una conexión emocional con las imágenes.

Como dice (ELIAS GONZALEZ BENITEZ, 2025) “*La forma en la que estructuras tu historia visualmente puede determinar si los espectadores se involucran emocionalmente*”

El uso de *hashtags* ha sido clave en la movilización de personas a nivel global. Por ejemplo, campañas como #BlackLivesMatter o #MeToo han permitido a miles de personas conectarse. “El empleo de los *hashtags* representa factor de importancia para la identidad del movimiento sociales aun en quienes no realizan una presencia activa en las acciones colectivas” (AMARO LA ROSA, 2016)

Como vemos, el activismo digital tiene mucho poder, pero también tiene limitaciones. La información puede ser fácilmente manipulada y esto se puede difundir de manera rápida y global estando distorsionada.

Las redes sociales ofrecen grandes oportunidades para la participación, la organización y la difusión de mensajes, pero también presentan desafíos. A pesar de todo, tienen un enorme impacto en el activismo digital ya que permiten crear grandes comunidades y ayudan en el cambio social.

## 1.5. EL PODER DE LAS EMOCIONES Y LA EMPATÍA EN LA COMUNICACIÓN

“Una emoción se define como una experiencia compleja de conciencia, sensación corporal y comportamiento, que refleja el significado personal acerca de un estímulo externo como un evento, una conversación o una imagen. Las emociones son biológicas, espontáneas, y muchas veces incontrolables” (Avilán, 2023)

Es necesario recordar la respuesta automática del instinto de supervivencia en los animales para comprender la relación entre las emociones y el cuerpo humano. *Walter Bradford Cannon*, médico y psicólogo de la Universidad de *Harvard*, fue el primero en hablar de la “reacción de lucha o huida” (*fight or flight*) en su libro *The Wisdom of the Body*, publicado en 1932 donde se describe el mecanismo fisiológico de defensa que permite al cuerpo reaccionar frente a amenazas del entorno (Cannon, 1932)

Las emociones forman una parte esencial de la naturaleza humana y desempeñan un papel fundamental en la vida cotidiana. Contribuyen a fortalecer vínculos sociales, fomentar la empatía y mejorar la calidad de la comunicación interpersonal. Cuando se expresan sentimientos auténticos, se facilita una conexión más efectiva con los demás. No obstante, las emociones también pueden interferir negativamente en la comunicación si no se gestionan adecuadamente, especialmente cuando son de carácter negativo. (Goleman, 1995)

La comunicación es la capacidad de transmitir ideas, emociones e información a través de medios verbales y no verbales. Aunque el lenguaje verbal permite expresar pensamientos complejos, a menudo la comunicación no verbal resulta más auténtica, ya que el cuerpo y la voz pueden revelar emociones involuntarias. Elementos como la mirada, la postura corporal, la expresión facial y el tono de voz desempeñan un papel clave en la interpretación del mensaje.

La danza o el baile son un método de comunicación no verbal muy valioso ya que utiliza el movimiento y el ritmo para transmitir mensajes. Para entender esto es necesario revocarnos al pasado. Antes de que el hombre aprendiera un lenguaje oral o escrito, se comunicaba mediante las danzas sea cual sea la cultura o civilización en la que se encontrase, utilizaban la danza para manifestarse, por ejemplo, para pedir y dar gracias por las lluvias, para hacer rituales, para celebraciones, religiosas y funerarias. Hoy en día sigue siendo así, la danza es una comunicación no verbal a través de la cual manifestamos sentimientos, ideas, penas y alegrías.

A continuación, menciono algunos tipos de danza actuales y que es lo que busca cada una de ellas (Sanchez, 2015):

- **Danzas Folclóricas:** transmiten tradiciones, hechos sociales o culturales de un pueblo o región.
- **Danzas Étnicas:** Abarcan zonas geográficas más extensas que las folclóricas, comunican el sentido de pertenencia a un grupo, raza o territorio con sus rasgos culturales, vestimenta, pinturas, etc.

- **Danzas africanas:** Las personas que lo bailan comunican como pueblo sus vivencias y formas de sentir. Imitan muchas veces a animales y es improvisado. La comunicación se consigue a través de grupo.
- **Danza clásica:** Es mas técnica, pero es importante la expresión corporal, se potencia todo lo que es comunicación no verbal, los gestos, la expresión facial, la mirada, la forma de mover el cuerpo y de moverse por el escenario, etc.
- **Danza contemporánea:** Es parecida a la danza clásica, pero es mas libre y menos estricta. Se busca un *feedback* en el espectador y emocionar con sus movimientos.
- **Danza moderna:** Es en la que el bailarín expresa sus sentimientos y emociones de manera mas libre ya que se dice que consigue hablar con el cuerpo.

Además de ser un excelente medio de comunicación, la danza ha sido, es y será siempre un apoyo y ayuda para muchas personas con problemas para comunicarse de forma verbal, con dificultad para relacionarse, para expresar sus sentimientos y emociones.

## 2. EL BAILE COMO LENGUAJE DE EXPRESIÓN SOCIAL

### 2.1. CARACTERÍSTICAS E HISTORIA DEL BAILE

La danza nace con la propia humanidad y se caracteriza por ser un fenómeno universal que se encuentra presente en todas las culturas y que ha ido evolucionando a lo largo de los años. Se expresa mediante movimientos corporales, desarrollados al son de la música, con fines religiosos, culturales, expresivos o recreativos. Cada tipo de baile tiene sus reglas y pasos definidos, pero es muy importante el entrenamiento y las cualidades del bailarín. El origen no se puede definir con exactitud ya que existe desde el nacimiento de las primeras culturas, pero si se puede saber que ya en la prehistoria estaba presente con un carácter espiritual. Se ha caracterizado siempre por la continua variación del objetivo con el que se realizaba.

- **Época primitiva:** el baile era una de las principales manifestaciones de expresión social y de carácter religioso. Los hombres y las mujeres danzaban para “pedir favores” a los dioses o para celebrar los nacimientos, su valor en la guerra y su dolor en las muertes.
- **Antiguo Egipto y Grecia:** En el antiguo Egipto demostraban su agilidad elevando las piernas lo mas arriba que podían para trabajar su equilibrio corporal. Los griegos fueron los primeros en ver la danza como una forma artística, tanto fue así que designaron a una musa de la mitología griega como la encargada de la danza. El baile era parte de las representaciones teatrales junto con la música y la poesía y estaba ligada al culto a Dionisos.

El arte del baile era visto como una forma de comunicación y cada tipo de baile ayudaba a crear lazos en las interacciones sociales, expresar sentimientos a personas del sexo opuesto, etc.

- **Edad Media:** En las clases altas se recreaban bailes cortesanos en grupo con delicados movimientos en fiestas en salones de palacios y castillos. En esta época el baile seguía ligado a cultos religiosos.
- **Época Moderna:** Aparece el *ballet* en el siglo XVIII, bailado por las jóvenes de la nobleza. La popularidad del ballet clásico en Francia e Italia se impuso gracias a *Jean Baptiste* con sus composiciones, interpretadas en la corte real y en la Ópera de París. Este tipo de danza se convirtió en un medio de comunicación en el régimen político gracias al entusiasmo que despertaba. Se empleaban a menudo máscaras para dar protagonismo a la expresión corporal del bailarín.
- **Época Contemporánea:** A partir del siglo XIX surge la danza moderna en contraposición de la clásica. Después de la Segunda Guerra Mundial, en el siglo XX, cuando el baile moderno se popularizó y se empezó a practicar como hoy en día aparecieron manifestaciones que favorecían la libertad del bailarín. El baile contemporáneo juega con el cambio de ritmo y la improvisación expresando su independencia y creatividad con movimiento rápidos y lentos que requieren una gran técnica.
- Desde el siglo pasado se comenzaron a enseñar estilos mucho más variados (claque, baile deportivo, tango, salsa, bachata, kizomba, *zouk*, *hip hop*, urbano, flamenco...)

En definitiva, la danza ha ido evolucionando siendo una forma de comunicarse y expresarse, un arte o un pasatiempo para otros. Su evolución siempre ha ido de la mano de los cambios sociales y estilos de vida. (La historia de la danza: momentos clave desde su origen hasta la actualidad, 2024)

## 2.2. EL BAILE COMO HERRAMIENTA DE VISIBILIDAD DE CAUSAS SOCIALES

La danza ha evolucionado más allá de su dimensión artística, convirtiéndose hoy en día en un medio de expresión y reivindicación social.

Diversas iniciativas demuestran como el baile puede ser un medio eficaz para visibilizar y sensibilizar sobre causas sociales, desde la discapacidad hasta el antirracismo. (Ortiz, 2021)

### Danza inclusiva:

La compañía *Includanza*, del *Grupo Fundación San Cebrián*, ha puesto la danza como herramienta de intervención en el ámbito de la discapacidad. (SER, 2024) En noviembre de 2024 se celebró en Palencia la primera jornada 'Todos los cuerpos bailan' donde se reunieron profesionales y público para reflexionar sobre la danza como medio de inclusión social y cultural. Se destacó en el evento la importancia de abrir los espacios culturales a todas las personas, sin tener en cuenta sus capacidades.

(AGENCIAS, 2024)

### Danza como acto político y antirracista:

Ha habido bailarines como por ejemplo Aida Colmenero Díaz y Malvin Montero que han utilizado el movimiento de su cuerpo para visibilizar las luchas de los cuerpos racializados en espacios artísticos predominantemente blancos.

Proyectos como '*Cuando el cuerpo es la piel*' ofrecen espacios de creación y entrenamiento para artistas racializados, promoviendo la igualdad y el reconocimiento de la diversidad cultural. (Ortiz, 2021)

La organización *ConCuerpos*, fundada en 2009 promueve la danza inclusiva como un reflejo de la diversidad social. Esta inspirada por la *Candoco Dance Company* del Reino Unido, *ConCuerpos* integra a bailarines con y sin discapacidad, desafiando las divisiones tradicionales y fomentando una representación autentica de la sociedad en el escenario. Su lema es el siguiente: "*Todos los cuerpos pueden bailar*" (Trujillo, 2020)

### 2.3. INFLUENCIA CULTURAL DEL BAILE EN LAS COMUNIDADES SOCIALES

La danza históricamente ha sido una manifestación cultural que va mas allá del entretenimiento, desempeñando un papel fundamental en la cohesión social y la transformación comunitaria.

- 1. La danza como herramienta de inclusión y cohesión social:** La danza fomenta la expresión emocional y corporal de las personas, facilitando una comunicación efectiva y fortaleciendo relaciones sociales. Además de promover el trabajo en equipo y la cooperación, siendo estos unos valores fundamentales para una buena convivencia. Iniciativas como el festival *Buces* en Valencia han integrado a artistas con diversidad funcional y personas con diferentes orígenes culturales utilizando la danza para promover la inclusión social. (SER, 2024)
- 2. El baile como medio de preservación y transmisión cultural:** En comunidades indígenas de América Latina, la danza ha sido utilizada como forma de resistencia política y una herramienta para la preservación de la identidad cultural. A través de la danza, las comunidades pueden transmitir su historia y cultura a las generaciones mas jóvenes, manteniendo así sus tradicionales y fortaleciendo el sentido de pertenencia a dichas culturas. La danza también es una herramienta para el empoderamiento de las mujeres indígenas, tanto en términos sociales como económicos. (Bailarinas)
- 3. Impacto del baile moderno en la cultura juvenil:** Plataformas actuales como por ejemplo TikTok han popularizado estilos de baile como el hip-hop y el baile moderno entre los jóvenes, promoviendo así entre ellos una sensación de pertenencia y solidaridad global. Esta interacción digital ha transformado la manera en que los jóvenes se relacionan con la danza, convirtiendo esta en una parte esencial de su vida diaria y un gran medio para conectar con otros jóvenes de diferentes partes del mundo.
- 4. La danza como un vehículo de cambio social:** La danza se ha utilizado como un medio para cuestionar ciertas normas sociales y valores arraigados, abordando temas como pueden ser el racismo, el genero y la migración. Proyectos de danza no solo brindan una salida creativa, sino que también fortalecen el sentido de pertenencia y la autoestima de los participantes. Iniciativas como por ejemplo "*Dance for PD*" ofrecen clases de danza a personas con la enfermedad de *Parkinson*, mejorando su movilidad y ofreciéndoles una comunidad de apoyo. (Ciencias, 2024)

## 2.4. CASOS EMBLEMÁTICOS DE BAILE CON CAUSA EN REDES SOCIALES

Las redes sociales han transformado la danza en una herramienta muy poderosa del activismo social, permitiendo que movimientos y protestas se puedan difundir de una manera muy veloz a un nivel global.

A continuación, presento dos casos emblemáticos que destacan el impacto del baile como medio de expresión y reivindicación:

### 1. **“Bailo por todas” – Daniela del Río (Mexico, 2019)**

En el año 2019, Daniela del Río, estudiante de la Facultad de Artes Visuales de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL), realizó una protesta en la que bailó al estilo “Vogue” para denunciar el acoso y abuso sexual en su institución. Su actuación se convirtió en un símbolo de feminismo en México, viralizándose en redes sociales bajo el lema “*Bailo por todas las que ya no están*”. Daniela, de manera artística es conocida como *Rosa Venus Apocalipstck* y expresó que utilizó su cuerpo como herramienta para manifestar su enfado y exigir justicia por las mujeres víctimas de violencia. (Entretenimiento, 2023)

### 2. **#SALVEMOSLACULTURA – Artistas del teatro en Madrid (2020)**

Durante la pandemia de COVID-19, un grupo de 15 bailarines y artistas del teatro en Madrid se unieron para grabar un emotivo video frente a teatros cerrados, interpretando la canción “*From Now On*” de *The Greatest Showman*. El video fue titulado **#SALVEMOSLACULTURA** y buscaba sensibilizar sobre la crisis que enfrentaba la cultura y el arte en vivo debido a las restricciones sanitarias impuestas en dicho momento. La iniciativa alcanzó una gran difusión en redes sociales, destacando la importancia de apoyar a la cultura en tiempos de adversidad. Utilizó el lema de “*El arte limpia del alma el polvo de la vida cotidiana*” y en el video de Instagram como pie de foto escribió “*Hemos demostrado que la cultura es segura. Hemos demostrado que no podemos vivir sin ella. Hemos demostrado que, a pesar de las dificultades, conseguimos subir el telón. Ahora que puedes, consume cultura, es la única manera de salvarla*” (Martinez, 2020)

- *Enlace del video en INSTAGRAM:*

[https://www.instagram.com/p/CHvBOMqKwLQ/?utm\\_source=ig\\_embed](https://www.instagram.com/p/CHvBOMqKwLQ/?utm_source=ig_embed)

Podemos ver con estos casos como el baile, gracias en parte a las redes sociales, se ha convertido en una poderosa herramienta para la protesta, la visibilidad y la transformación social. A través de movimientos coreográficos, artistas y colectivos han logrado sensibilizar a la sociedad sobre diversas causas, demostrando el potencial del cuerpo como medio de expresión y cambio.

## 3. LAS REDES SOCIALES COMO CANAL DE DIFUSIÓN DE CAUSAS SOCIALES

### 3.1. EL PAPEL DE LAS REDES SOCIALES EN LA ERA DIGITAL

Las redes sociales, en la actualidad desempeñan un papel fundamental en la vida de todos, actuando como canales de comunicación, movilización social y difusión de información.

Su influencia transciende el ámbito personal, impactando la opinión publica, la política y la cultura global.

Las plataformas sociales han democratizado el acceso a la información, permitiendo que cualquier persona con acceso a internet pueda compartir contenido y participar en conversaciones globales. Esto ha transformado la forma en la que no informamos y nos relacionamos, favoreciendo una comunicación mas horizontal y accesible.

Las redes sociales han emergido como herramientas poderosas para la organización y difusión de movimientos sociales. Iniciativas como *#MeToo*, *#BlackLivesMatter* y *#FridaysForFuture* han utilizado estas plataformas sociales para visibilizar injusticias, movilizar a la ciudadanía y generar cambios significativos en diversas áreas. (DIGITAL, 2024)

A pesar de los muchos beneficios que nos ofrecen, las redes sociales han sido y son hoy un terreno fértil para la propagación de desinformación, ya que los usuarios pueden compartir contenido sin verificar su veracidad, lo que puede llevar a la difusión de noticias falsas. La velocidad con la que se difunden contenidos, la mala intención de ciertos usuarios para buscar su propio beneficio y la creación de cámaras de eco (*entornos donde las personas se exponen únicamente a opiniones e información que confirman sus propias creencias, mientras se filtran o ignoran puntos de vista contrarios*) dificultan la verificación de datos, lo que puede influir negativamente en la opinión publica y en la toma de decisiones. (SOCIALNC, 2024)

En conclusión, las redes sociales facilitan la comunicación y participación ciudadana, pero también presentan desafíos relacionados con la veracidad de la información. Su papel en la difusión de causas sociales es indiscutible, pero requiere de una ciudadanía crítica y responsable para maximizar sus beneficios y mitigar sus riesgos.

### 3.2. PLATAFORMAS CLAVE PARA LA DIFUSIÓN DE MENSAJES SOCIALES: TIKTOK, INSTAGRAM Y YOUTUBE

Las redes sociales se han convertido en espacios fundamentales para la expresión artística y la movilización social. En este contexto, el baile ha adquirido un papel importante como herramienta para visibilizar causas sociales, especialmente entre los jóvenes. TikTok, Instagram y Youtube no solo permiten compartir coreografías virales, sino que también transmitir mensajes de protesta, inclusión y empoderamiento.

#### 1. TikTok: Coreografías virales con conciencia social

TikTok ha sido una de las plataformas mas efectiva para combinar entretenimiento y activismo. Gracias a su formato de videos breves y su algoritmo basado en tendencias, muchos bailarines y coreógrafos han logrado viralizar mensajes sociales a través del baile. Un ejemplo destacado es el uso del hashtag *#DanceForChange* (#danceforchange, 2025 ) donde

miles de usuarios comparten coreografías relacionadas con la justicia climática, la equidad de género o la salud mental. También campañas como *#DanceForFreedom*, impulsadas por activistas en Irán o Afganistán, han usado el baile como forma de protesta contra la represión de los derechos de las mujeres. (El baile, un desafío para las mujeres iraníes, 2023)

## 2. Instagram: Activismo visual en movimiento

Instagram, con su enfoque visual, ha permitido que bailarines profesionales y *amateurs* visibilicen causas a través de reels, historias y publicaciones en colaboración con ONGs. Por ejemplo, coreógrafos como *Derrick Brown* y colectivos como *Dancing Grounds* en Nueva Orleans utilizan Instagram para promover mensajes antirracistas y de justicia social a través de *performances* callejeras grabadas y difundidas de forma *online* (Grounds, 2025).

## 3. Youtube: Documentación y educación a través del baile

YouTube ha ofrecido un espacio para compartir contenido más extenso, como por ejemplo documentales, videoclips y tutoriales que mezclan enseñanza con concienciación. Un ejemplo es la serie de videos “*Dance for Justice*” del canal *DanceOn*, donde se presentan coreografías que abordan temas como el racismo o los derechos *LGBT*. Coreógrafos como *Kyle Hanagami* han utilizado esta plataforma para lanzar piezas con fines benéficos y recaudación de fondos. (HANAGAMI, 2025)

En conclusión, TikTok, Instagram y YouTube no solo son plataformas de entretenimiento, sino espacios de transformación social a través del arte del movimiento. En ellas, el baile se convierte en una forma poderosa de comunicación que conecta emocionalmente con las audiencias y transmite mensajes de lucha, resistencia, inclusión y esperanza.

### 3.3. EL PODER VIRAL DEL BAILE: COMO SE CONVIERTEN EN TENDENCIA

En la era digital, las redes sociales han transformado la manera en la que se difunden las coreografías. TikTok, Instagram y YouTube han democratizado el acceso a la danza, permitiendo que cualquier persona pueda crear, compartir y viralizar contenido relacionado con el baile y la danza.

Existen varios factores que impulsan la viralidad de las coreografías:

- **Música accesible y pegajosa:** Las canciones que se bailan en las redes sociales tienen ritmos y letras contagiosos y memorables que sirven de base para las coreografías.
- **Coreografías cortas, simples y repetitivas:** Los movimientos suelen ser fáciles de aprender, lo que aumenta su participación ya que personas sin experiencia pueden unirse al reto.
- **Participación de influencers y celebridades:** La participación de estas figuras públicas ayuda a la difusión de estas coreografías ya que sus seguidores replican y comparten el contenido.

- **Uso de hashtags y desafíos:** etiquetas como *#DanceChallenge* o *#ViralDance* facilitan la búsqueda y la promoción de las coreografías, creando así grandes comunidades entorno a estas.

Existen coreografías que, gracias a estos factores se han convertido en virales, a continuación, dos ejemplos:

- **Renegade:** Fue creada por la adolescente *Jalaiah Harmon* y se convirtió en un fenómeno global en 2020. Su popularidad fue gracias a su simplicidad en la coreografía y por la participación de muchos *influencers*, incluso la *NBA* la invitó a bailar en el *All Star Game*. (Regenade dance , 2020)
- **Yummy Dance Challenge:** En 2020, *Justin Bieber* impulsó el *challenge* su canción “*Yummy*” como parte de una estrategia de marketing para posicionar su sencillo en los rankings globales. Usuarios de *TikTok* y bailarines crearon sus propias versiones de la coreografía, consiguiendo así superar los 500 millones de visualizaciones en *TikTok*. Recibió múltiples críticas por su insistencia en hacerlo viral, siendo este un caso de estudio sobre el poder de las redes sociales para promocionar productos culturales a través del baile. ('*Yummy*' de *Justin Bieber* , 2024)

La viralidad de las coreografías no solo tienen un impacto en el entretenimiento, sino que también influyen en la cultura y sociedad.

Pueden promover la inclusión permitiendo que personas de cualquier parte del mundo participen, fomenten la creatividad al incentivar a los usuarios a crear sus propias versiones de las coreografías y también impulsar carreras artísticas al proporcionar visibilidad a bailarines y coreógrafos que, sin este medio, igual no hubiesen tenido acceso a una audiencia global.

En conclusión, el poder viral de las redes sociales ha transformado la danza en un lenguaje universal accesible para todos. Las plataformas digitales han democratizado la creación y difusión de contenido, permitiendo que cualquier persona pueda ser creador de tendencias.

## 4. CASOS DE ESTUDIO

### 4.1. CASO 1: EL USO DEL BAILE PARA PROMOVER LA SALUD MENTAL

El baile es una herramienta muy poderosa para la promoción de la salud mental en la era digital actual, ofreciendo una vía accesible y efectiva para el bienestar emocional de las personas. El movimiento corporal se ha integrado en diversas prácticas para combatir trastornos como la ansiedad, la depresión y el estrés.

Podemos destacar tres de entre los numerosos estudios que han documentado la positiva efectividad del baile en la salud mental. Un estudio de *Complementary Therapies in Clinical Practice* analizó una encuesta de 1.000 participantes que practicaban danza, revelando que el 98% reportó mejoras en su estado de salud y de ánimo, mientras que el 96% experimentó una reducción

en la ansiedad, estrés y depresión. Además de que el 88% de los participantes con antecedentes de abuso de sustancias ilícitas también reportaron beneficios significativos (uclahealth, 2021). Otra investigación que fue publicada en *PubMed* evaluó 10 ensayos clínicos aleatorios que hacían un total de 933 adultos, mostrando que la práctica de danza redujo significativamente los síntomas de depresión, ansiedad y estrés en comparación con otros grupos que no participaron en actividades de danza. (Moratelli, 2023)

A niveles terapéuticos se utilizan diversos estilos de danza, como son:

- **Terapia de Movimiento y Danza:** utiliza el propio movimiento corporal como medio para promover la integración emocional, cognitiva y física.
- **Danza consciente o libre:** se centra en la expresión personal y la conexión con el cuerpo sin una previa coreografía.
- **Danza social:** Estilos como la salsa, bachata, kizomba u otros bailes en pareja fomentan la interacción social y la comunicación no verbal.
- **Biodanza:** combina la música, movimiento, naturaleza y emoción para promover la salud integral.

Para los casos de estudio, se analizan aplicándolos en poblaciones específicas, como, por ejemplo:

- Adultos mayores con deterioro cognitivo leve: *PubMed* publicó una revisión sistemática en la que encontró que la danza terapéutica mejoró significativamente la función cognitiva global, la memoria y la salud mental en adultos mayor con deterioro cognitivo leve. (PubMed , 2023)
- Personas con la enfermedad de *Parkinson*: Un análisis de 13 ensayos clínicos revelaron que la danza tuvo un impacto positivo en la salud mental y en la calidad de vida de los individuos con esta enfermedad. (ScienceDirect, 2024)

En conclusión, hoy en día, el baile se ha consolidado como una intervención eficaz en la promoción de la salud mental, ofreciendo beneficios tanto terapéuticos como recreativos. Su accesibilidad y versatilidad lo convierten en una herramienta muy valiosa en la nueva era digital, donde la conexión emocional y el bienestar psicológico son esenciales.

He elegido este caso de estudio ya que considero que la danza y la salud mental están muy conectados y esta es una herramienta muy eficaz para tratar muchos problemas aparte de los ya mencionados. Además de que la salud mental es algo muy importante en las personas y que muchas veces no se tiene tan en cuenta como la salud en general, considerando así que hay que prestarle mucha atención y normalizar el cuidar la salud mental de cada persona al igual que se tratan el resto de las enfermedades.

#### **4.2. CASO 2: BAILE COMO MEDIO DE INCLUSIÓN Y DIVERSIDAD EN LAS REDES SOCIALES. PARES SUELTOS, DANZA INCLUSIVA EN ZARAGOZA**

## EL PODER DEL BAILE: COMUNICACIÓN CON CAUSA EN LA NUEVA ERA DIGITAL

“Pares Sueltos” es un proyecto de danza inclusiva que nació en Zaragoza como un laboratorio de investigación y creación en artes escénicas. Su principal objetivo fue hacer accesible la cultura a todas las personas, con un enfoque especial en aquellas con barreras por su diversidad funcional.

Realizaban de manera regular talleres y cursos de danza contemporánea, logrando así que el proyecto integrara a personas con y sin diversidad en actividades culturales y en eventos públicos, promoviendo la igualdad y la cooperación.

En *Pares Sueltos* cada persona puede bailar con su propio cuerpo, independientemente de sus capacidades.

Se realizaron ejercicios de improvisación, contacto, conciencia del espacio y escucha grupal, permitiendo así que todos los participantes se expresen de manera libre y desarrolle su creatividad. Además, se ha fomentado la participación en eventos públicos como son la Cabalgata de Reyes y el pregón de las Fiestas del Pilar en Zaragoza, ofreciendo a los participantes una plataforma para mostrar su talento. (Jennifer Velasco Ruiz , 2019)

Las redes sociales han sido un papel crucial para la visibilidad del proyecto. Gracias a Instagram y Facebook, “Pares Sueltos” compartió videos y fotos de todas sus actividades, alcanzando una audiencia amplia y logrando sensibilizar a su público sobre la importancia de la inclusión en las artes de todas las personas. Además de mostrar todo el proceso creativo y los logros de los participantes, han servido también como herramienta educativa para promover entre los jóvenes la diversidad y la aceptación.

El caso “Pares Sueltos” nos ha hecho ver como la danza y el baile pueden ser poderosas herramientas para la inclusión y diversidad. Mediante el uso estratégico de las redes sociales, el proyecto ha roto barreras y ha creado un espacio donde todas las personas, independientemente de sus capacidades, puedan expresarse y sentirse valoradas.

Este caso de estudio le he elegido ya que el baile es algo muy utilizado como medio de inclusión, además de para personas con enfermedades, para otras que simplemente están en un momento difícil de su vida, por ejemplo después de un divorcio o al llevar muchos años de matrimonio y sentir que te falta “vida social” o casos así... el baile es una herramienta que puede ayudar mucho a combatir estas situaciones ya que es una manera “fácil” de pertenecer a un grupo, conocer gente y además adentrarte en este mundo del baile pudiendo hacer planes con gente y salir a bailar. A mi parecer, el sentirse bien con uno mismo, sentir que perteneces a un grupo, que sigues haciendo planes y disfrutando de la vida, ser ágil y poder disfrutar del baile son cosas muy importantes y el baile o la danza te puede ayudar en todas estas.

### 4.3. ANÁLISIS COMPARATIVO DE AMBOS CASOS ESTUDIADOS

Ambos dos casos estudian el papel transformador del baile en diferentes contextos, pero complementarios: la salud mental en el caso 1 y la inclusión social y diversidad en redes sociales en el caso 2. Se enfocan en diferentes poblaciones y tienen diferentes objetivos, pero comparten el mismo denominador común: el uso del movimiento corporal como herramienta terapéutica, expresiva y social.

A continuación, adjunto tabla comparativa de ambos dos casos de estudio, donde se compara el objetivo principal de cada uno, la población a estudiar, el tipo de danza utilizada en cada estudio, la metodología trabajada, el canal de difusión que se ha utilizado para dar a conocer cada uno y el rol de las redes sociales en cada uno de ellos:

	<b>CASO 1: Salud Mental</b>	<b>CASO 2: Inclusión y diversidad</b>
<b>Objetivo principal</b>	Promover el bienestar emocional y psicológico mediante la danza	Fomentar la inclusión social y la diversidad funcional a través del arte del movimiento
<b>Población</b>	Adultos con ansiedad, depresión, estrés, mayores con deterioro cognitivo, personas con <i>Parkinson</i> , etc.	Personas con diversidad funcional, con y sin discapacidad, de diferentes contextos sociales
<b>Tipo de danza utilizada</b>	Terapia de movimiento y danza, danza libre, social y biodanza	Danza contemporánea e improvisación accesible adaptada a diversas capacidades
<b>Metodología</b>	Basada en estudios clínicos y psicológicos sobre los efectos del movimiento en la mente	Inclusión escénica y educativa a través de talleres y espacios públicos de participación
<b>Canal de difusión</b>	Estudios científicos y publicaciones académicas	Redes sociales, eventos públicos y medios digitales locales
<b>Rol de las redes sociales</b>	Limitado, foco en resultados clínicos	Fundamental para la visibilidad, sensibilización social y promoción de mensaje inclusivo

*Tabla 1. Fuente: elaboración propia.*

Podemos observar como ambos casos tienen unas claras similitudes que son las siguientes:

- **Empoderamiento personal:** ambos enfoques permiten a los participantes recuperar o fortalecer su autoestima y su sentido de pertenencia.
- **Accesibilidad:** el baile se presenta como una actividad sin barreras, sin necesidad de una gran formación previa y adaptable a las diferentes capacidades físicas o psicológicas de los participantes.
- **Expresión emocional:** la danza se utiliza como lenguaje no verbal para canalizar emociones y experiencias.
- **Cambio social:** ambos casos demuestran que el baile tiene un impacto mas allá de lo individual, ya que genera conciencia social y un cambio en el entorno en general.

También podemos observar las claras diferencias de ambos casos:

- **Enfoque terapéutico vs artístico-social:** el primer caso prioriza los efectos “clínicos” de la danza, mientras que el segundo se enfoca más en su valor social y artístico como medio de inclusión.
- **Presencia digital:** el caso 2 aprovecha las redes sociales como espacio de acción y visibilidad mientras que el caso 1 no lo contempla.
- **Instrumentalización científica vs comunitaria:** podemos observar como en el caso 1 el baile es evaluado como herramienta terapéutica bajo criterios médicos, mientras que en el caso 2 se estudia bajo una perspectiva cultural y comunitaria.

En conclusión, ambos estudios revelan que el baile, en sus múltiples formas, posee un gran potencial: puede sanar, incluir, empoderar y comunicar. Ya sea desde una perspectiva médica o social tiene un impacto muy positivo en la salud mental y en la cohesión de comunidades diversas que hacen que se posicione como una poderosa herramienta en la era digital. Además, gracias a las redes sociales se consigue amplificar su alcance y permite que estas prácticas sean conocidas, replicadas y valoradas en diferentes contextos.

## 5. ANALISIS DE LA EFICACIA DEL BAILE COMO HERRAMIENTA DE COMUNICACIÓN SOCIAL

### 5.1. IMPACTO DE LA SENSIBILIZACIÓN Y MOVILIZACIÓN SOCIAL

La danza ha emergido como una poderosa herramienta para la sensibilización y movilización social en esta nueva era digital, transcendiendo los escenarios para convertirse en un método de expresión y cambio social.

#### 5.1.1. La danza como medio de protesta y visibilización

La danza ha sido en diversos contextos utilizada como forma de protesta y visibilización de múltiples problemáticas sociales.

En Francia, colectivos de danza urbana han utilizado el *hip-hop* y la danza callejera para tratar temas como la marginación urbana, la integración y el racismo, transformando su frustración y aislamiento en expresiones artísticas que desafían las percepciones comunes sobre la juventud migrante y los suburbios.

En España, movimientos como el 15-M incorporaron movimientos de danza en plazas públicas utilizándolo como forma de expresión política y social frente a la crisis económica y la desafección política. (Diario Siglo XXI, 2024)

#### 5.1.2. Proyectos comunitarios y terapéuticos

Iniciativas como *Balletvale+* en Valencia demuestran el potencial que tiene la danza para generar cambios significativos en comunidades vulnerables. Este proyecto ofrece clases de *ballet* adaptado a niños con necesidades motoras especiales, mejorando su equilibrio y autoestima y además

permitiéndoles demostrar sus capacidades en escenarios públicos. (Pardo, 2025)

En Buenos Aires, el taller “*Tango y Parkinson*” utiliza el estilo del tango como herramienta terapéutica para personas con esta enfermedad, mejorando así su equilibrio, coordinación y confianza, y además promoviendo su inclusión social a través de la danza. “Los especialistas han asegurado que es ideal para acompañar el tratamiento en cualquier etapa de la enfermedad” (Jemio, 2025).

Como hemos podido observar ya a lo largo de este trabajo, la danza puede ser y es utilizada como una estrategia de expresión y comunicación en muchos procesos de responsabilidad y de cambio social. A través de sus diferentes formas y estilos y casi siempre con la formación de grupos sociales se canalizan problemáticas sociales mediante los movimientos corporales y expresiones corporales generando diferentes experiencias en las comunidades más vulnerables y sentimientos en el público.

## 5.2. ESTUDIO DE LA INTERACCIÓN Y PARTICIPACIÓN DE LA AUDIENCIA EN LAS CAMPAÑAS

Como ya hemos podido ver anteriormente, el baile y la comunicación en redes sociales están altamente vinculados y para poder estudiar la interacción y la participación de la audiencia en las campañas existen diferentes formas como pueden ser las siguientes:

- *Likes* y comentarios que nos reflejan un nivel básico de participación
- Compartidos y guardados, que indican un interés más profundo
- *Remixes* o dúos, donde la audiencia puede apropiarse de tu contenido y reinterpretarlo
- Participación en retos o *challenges*, como por ejemplo los que promueven causas sociales o campañas solidarias

Para promover la interacción y participación existen diversos factores que ayudan a que sea mayor con el uso de la herramienta del baile, como pueden ser:

- **Emoción y conexión personal:** si el baile comunica una historia o un mensaje emocional, existe una mayor probabilidad de que genere una reacción en tu audiencia.
- **Simplicidad del contenido:** coreografías fáciles y accesibles facilitan y promueven la participación.
- **Uso de hashtags virales:** estos agrupan contenido y crean sensación de comunidad.
- **Identificación con la causa:** si la causa representa o está vinculada con los valores del usuario, la participación aumenta.

En conclusión, el baile y la danza son herramientas poderosas de *engagement* emocional y social pudiendo crear campañas que conectan

en gran medida con la audiencia combinando creatividad, propósito y facilidad de replicación y dándonos cuenta de que la participación de esta audiencia no va solo por entretenimiento, sino que puede convertirse en activismo digital.

### 5.3. EL PAPEL DE LOS *INFLUENCERS* Y CREADORES DE CONTENIDO EN LA DIFUSIÓN DE CAUSAS SOCIALES

En mi opinión, los *influencers* y creadores de contenido son mediadores fundamentales entre el mensaje de la campaña y su viralización, especialmente cuando se utiliza el baile como lenguaje visual.

En el ecosistema digital actual, los *influencers* y creadores de contenido han aparecido como personas clave en la promoción de causas sociales, utilizando las redes sociales para amplificar mensajes de justicia social, igualdad y conciencia colectiva.

Según un estudio de Adobe, el 95% de los creadores de contenido actúan para promover y apoyar causas importantes como la justicia, el bienestar de las personas, la emergencia climática, la igualdad racial y los derechos de las mujeres. Además, el 51% de estos creadores de contenido piensa que su contenido influye en el avance de las causas sociales, destacando su capacidad para dar visibilidad a los marginados y facilitar la expresión de opiniones.

En el siguiente gráfico podemos analizar la influencia del contenido *online* en el avance de las causas sociales, diferenciando entre creadores de contenido *Millennial* (nacidos entre 1981-1996), creadores de contenido de la *Generación Z* (nacidos a partir del 1997) y creadores sociales. (ReasonWhy, 2022)

### INFLUENCIA DEL CONTENIDO ONLINE EN EL AVANCE DE CAUSAS SOCIALES

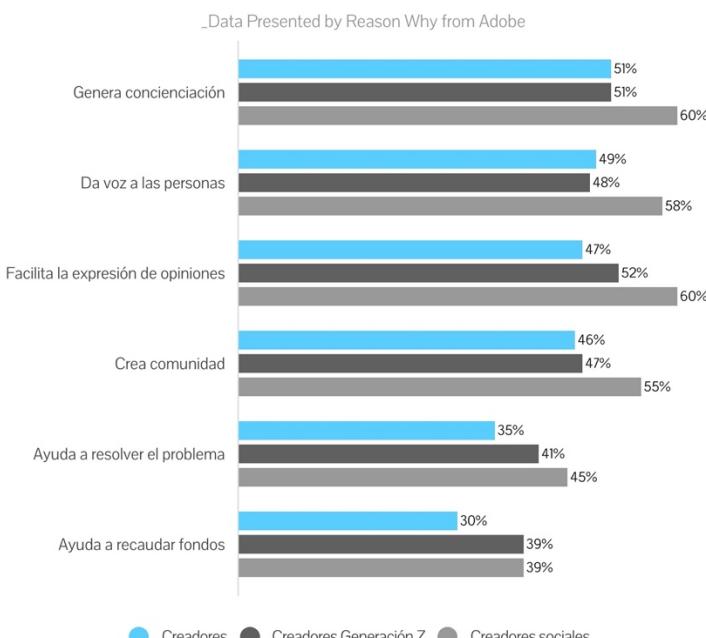


Grafico 1: *Influencia del contenido online en el avance de causas sociales. Reason Why 2022.*

### **5.3.1. Movilización y conciencia colectiva:**

Los *influencers* tienen la gran capacidad de movilizar a su audiencia en ciertos momentos de crisis social. Por ejemplo, durante la pandemia del COVID-19, muchos utilizaron sus plataformas para promover el uso de mascarillas, el distanciamiento social y la vacunación. Otro ejemplo es cuando la *Dana* afectó tanto a Valencia que sus ciudadanos necesitaron ayuda del resto del país, los *influencers* y creadores de contenido se desplazaron hasta este punto y mostraban su ayuda además de concienciar a través de sus perfiles lo que allí se necesitaba y mostraban lo grave que era la situación.

### **5.3.2. Responsabilidad ética y profesionalización:**

La profesionalización de los *influencers* es una tendencia creciente. Al ser estos unos grandes influyentes en grandes audiencias es importante que además de que su contenido sea real, que sean profesionales en el ámbito que comunican para que la información sea fiable y veraz.

Además, la UNESCO ha lanzado un curso mundial para formar a creadores de contenido digital en la alfabetización mediática e informalización, con el objetivo de mejorar la calidad de la información que se comparte y reducir la propagación de desinformación. (UNESCO, 2024)

## **6. CONCLUSIONES**

### **6.1. RESUMEN DE LOS PRINCIPALES HALLAZGOS**

Podemos darnos cuenta como el baile es una herramienta muy poderosa de expresión no verbal que desde hace años es utilizada para comunicar emociones, tradiciones y valores culturales.

En el contexto actual, el baile trasciende el arte para convertirse en una vía de reivindicación social, siendo capaz de dar visibilidad a causas sociales como la inclusión, la diversidad, la salud mental, el antirracismo y la justicia social.

El baile tiene numerosos factores que favorecen su viralidad en el entorno digital como por ejemplo la música pegajosa, coreografías simples y la participación de *influencers* hacen que los bailes se viralicen rápidamente. Hemos visto ejemplos como el “Nae Nae” o campañas como #DanceForChange muestran como el baile se convierte en un fenómeno social con un gran impacto social.

Plataformas como TikTok, Instagram y Youtube permiten dar visibilidad y viralidad a mensajes sociales a través de coreografías, campañas y movimientos colectivos de manera global, rápida y masiva.

El formato visual y emocional de las plataformas sociales favorecen la empatía y la conexión emocional con la audiencia. Podemos destacar el

uso de *hashtags* y *challenges* como estrategias para movilizar a la sociedad digital.

Hemos estudiado dos casos de estudio en los que ponemos en práctica la teoría:

- **Caso 1 sobre la salud mental:** observamos como el baile se utiliza como terapia para reducir el estrés, la ansiedad, la depresión y mejorar el bienestar emocional en diferentes poblaciones incluyendo a pacientes con *Parkinson* o deterioro cognitivo.
- **Caso 2 sobre la inclusión y la diversidad:** proyectos como *Pares Sueltos* en Zaragoza demuestran como el baile es una herramienta para la integración de personas con diversidad funcional. Las redes sociales han sido claves para amplificar su mensaje y hacerse conocer entre la población.

Los *influencers* y creadores de contenido tienen un papel clave en la viralización de campañas con causa, actuando como unión entre el mensaje y la audiencia y además su responsabilidad ética está creciendo cada vez más, siendo incluso reconocida por organismos como la *UNESCO*, promoviendo su formación.

El baile nos genera un *engagement* emocional y promueve la participación en las redes sociales gracias al uso de los *likes*, comentarios, etc. También gracias a estos se puede identificar el impacto de la audiencia y la aceptación y *feedback* que tiene el post o la campaña.

### 6.2. RELEVANCIA Y POTENCIAL DEL BAILE EN LA COMUNICACIÓN CON CAUSA EN REDES SOCIALES

En el contexto actual de sobrecarga informativa en el que nos encontramos y de consumo rápido de contenido, el baile ha emergido como un lenguaje universal, emocional y accesible capaz de captar la atención y de generar un impacto real en la sociedad digital. Siendo su combinación con las redes sociales no solo una potencia de alcance, sino una transformación de la manera en la que se comunican y promueven las causas sociales.

El baile utiliza un lenguaje no verbal que permite transmitir emociones profundas sin necesidad de utilizar las palabras, favoreciendo además la empatía con la audiencia. Esto permite que sea muy eficaz para sensibilizar problemas sociales complejos como pueden ser ciertas enfermedades, salud mental, inclusión, diversidad cultural, justicia social... el cuerpo y el movimiento se adaptan al mensaje que se quiere transmitir. Al ser fácilmente replicable y accesible, invita a que la audiencia participe de forma activa en los mensajes sociales (mediante retos, dúos, *remix*...) fortaleciendo así el sentimiento de pertenencia, comunidad y participación en una causa.

El potencial del baile en redes sociales es enorme, plataformas como *TikTok*, *Instagram* o *Youtube* favorecen una difusión rápida de las coreografías, facilitando que un mensaje se propague y se transforme en tendencia global en cuestión de horas, además, tiene un fuerte

*engagement* emocional ya que las coreografías con causa despiertan emociones en el espectador, traduciéndose esto en altos niveles de interacción, siendo algo fundamental para amplificar el alcance del mensaje.

El baile es también un gran aliado del activismo social y una gran herramienta de protesta visual utilizada por los colectivos sociales y artistas para denunciar injusticias, romper estigmas y dar visibilidad a voces silenciadas.

En conclusión, el baile no es solo entretenimiento, sino que es una forma de comunicación social poderosa, que, cuando se integra con las redes sociales, multiplica su capacidad de transformación. Su potencial se encuentra en la que capacidad que nos ofrece para emocionar, unir, visibilizar y movilizar, convirtiéndose en un canal clave para la comunicación con causa en la era digital.

### **6.3. RECOMENDACIONES PARA FUTURAS INVESTIGACIONES Y CAMPAÑAS DE COMUNICACIÓN**

A partir del análisis realizado en este trabajo, se pueden identificar varias líneas de mejora y desarrollo que pueden enriquecer tanto futuras investigaciones académicas como el diseño de campañas comunicativas centradas en el baile como herramienta de causa social en redes.

#### **Recomendaciones para futuras investigaciones:**

- **Estudios cuantitativos sobre el impacto:** profundizar en el análisis de las métricas (*engagement*, alcance, viralidad...) para medir la eficacia del baile en las campañas, segmentando por plataformas y tipos de público.
- **Análisis por perfiles demográficos:** investigar como influyen las variables como pueden ser la edad, el género, la cultura o la clase social en la forma en la que se recibe y participa en campañas de baile con causa.
- **Estudios longitudinales:** analizar el impacto a largo plazo de este tipo de campañas para evaluar si generan cambios reales en la actitud y el comportamiento del público.
- **Comparativa entre diferentes tipos de baile:** estudiar comparativamente la eficacia del baile frente a otras formas de expresión artística en la comunicación con causa como por ejemplo la música, el teatro, la fotografía o el cine.
- Investigar como los algoritmos de las redes sociales amplifican o limitan el alcance del contenido.

#### **Recomendaciones para campañas de comunicación:**

- **Diseño con propósito emocional:** es importante crear coreografías que comuniquen emociones ligadas a la causa que se quiere visibilizar, ya que el vínculo emocional es clave para generar un buen *engagement*.

- **Accesibilidad e inclusión:** promover coreografías simples, inclusivas y replicables que puedan ser realizadas por personas de diferentes edades y capacidades es fundamental para fomentar la participación diversa.
- **Colaboración con influencers con valores afines:** trabajar con creadores de contenido o influencers que comparten los valores de la campaña es algo muy importante.
- **Uso estratégico de hashtags y retos virales:** el uso de hashtags potentes y retos virales que faciliten la difusión y agrupación de contenido favorece el efecto de comunidad.
- **Documentar el impacto:** medir y compartir públicamente los resultados e impactos de las campañas (visibilidad, interacción, participación social...), para fomentar la transparencia y la mejora continua.

#### 6.4. CONCLUSIONES

Este Trabajo de Fin de Grado ha demostrado que el baile, junto con el poder de las redes sociales, se ha consolidado como una herramienta eficaz de comunicación con causa en la era digital. Mas allá de su dimensión artística, la danza se revela como un lenguaje universal, emocional y accesible, capaz de sensibilizar, movilizar y transformar la conciencia social.

A lo largo del trabajo, se ha comprobado como el baile permite visibilizar causas relevantes como la inclusión, la salud mental, la diversidad o la justicia social. Plataformas como TikTok, Instagram o Youtube ofrecen espacios de difusión masiva en los que el contenido coreográfico, acompañado de mensajes potentes, generan altos niveles de participación y *engagement*.

Los casos de estudio analizados evidencian el impacto positivo del baile tanto en contextos terapéuticos como en iniciativas inclusivas, reforzando su capacidad para generar bienestar, cohesión social y sentido de pertenencia. Además, se ha identificado el papel estratégico que desempeñan los creadores de contenido e influencers en la viralización de campañas, actuando como puentes entre el mensaje y la audiencia.

En un entorno saturado de información y estímulos visuales, el baile logra destacar gracias a su capacidad de emocionar sin palabras, conectar con diversos públicos y adaptarse a múltiples contextos. Su fácil replicabilidad, accesibilidad y fuerte carga emocional lo convierten en un vehículo idóneo para campañas que buscan generar conciencia social y provocar cambios culturales.

En definitiva, el baile no solo comunica, sino que también educa, transforma y une. Su integración en estrategias de comunicación con causa permite humanizar los mensajes, ampliar su alcance y crear experiencias significativas.

El reto y la oportunidad futura reside en seguir explorando su potencial como motor de cambio social desde un enfoque más inclusivo y éticamente responsable.

## BIBLIOGRAFIA

**#danceforchange. 2025 . TIKTOK. TIKTOK .** [En línea] TIKTOK , 2025 .  
<https://www.tiktok.com/tag/danceforchange>.

**AGENCIAS. 2024.** Personas con discapacidad intelectual reivindican la danza como herramienta de inclusión . *LA VANGUARDIA* . 2024.

**AMARO LA ROSA. 2016.** *Movimientos sociales, redes sociales y recursos simbólicos* . 2016.

**ANTONIO CORNADÓ. 2021.** Comunicar con causa . *El Diario Montañés* . 2021.

**Avilán, María. 2023.** LinkedIn . *LinkedIn* . [En línea] 20 de Octubre de 2023.  
<https://es.linkedin.com/pulse/el-poder-de-las-emociones-en-la-comunicación-maria-avilan>.

**Bailarinas.** Bailarinas . *Bailarinas.org* . [En línea] <https://bailarinas.org/blog/la-danza-como-herramienta-de-resistencia-en-las-comunidades-indigenas-de-america-latina>.

**CASTELLS. 2009.** *La sociedad red: Una historia social de Internet* . s.l. : Alianza, 2009.

**Castells, Manuel. 2012.** *REDES DE INDIGNACION Y ESPERANZA* . s.l. : ALIANZA, 2012.

**Ciencias, Universidad de las. 2024.** *El papel de la danza en el cambio social y cultural* . 2024.

**DiarioSigloXXI. 2024.** La danza: un poderoso instrumento de expresión social . *SIGLO XXI* . 2024.

**DIAZ. 2010.** *Comunicación y cambio social* . s.l. : Ariel , 2010.

**DIGITAL, GALICIA. 2024.** GALICIA DIGITAL. [En línea] 2024.  
<https://www.galiciadigital.com/opinion/opinion.34856.php?>

*El baile, un desafío para las mujeres inanies.* **GUERRA, SILVIA. 2023.** s.l. : RTVE, 2023.

*El baile como protesta social* . **Cortazar, María Monica Zapata. 2019.** s.l. : revista level, 2019.

**ELIAS GONZALEZ BENITEZ. 2025.** VIDEOMAKER. [En línea] 2025. <https://film-tomaseliasgonzalezbenitez-venezuela.com/poder-de-la-narrativa-visual/>.

**Entretenimiento, Redaccion. 2023.** Joven que se hizo viral por "Bailar por todas", ahora hace música: ¿Quién es? *EL ESPECTADOR* . 2023.

## EL PODER DEL BAILE: COMUNICACIÓN CON CAUSA EN LA NUEVA ERA DIGITAL

**Grounds, Dancinf. 2025.** INSTAGRAM . *INSTAGRAM* . [En línea] 2025. <https://www.instagram.com/dancinggrounds>.

**HANAGAMI, KYLE. 2025.** YOUTUBE. *YOUTUBE* . [En línea] YOUTUBE, 2025. <https://www.youtube.com/@kylehanagami>.

**IZAKO. 2025.** IZAKO.online. [En línea] 2025. [https://izako.online/blogs/aprender-a-bailar/el-papel-del-baile-en-las-culturas-del-mundo?srsltid=AfmBOope3uxWcst49uyWUo1erJInv4pi8I9Jxll4OQD\\_biiQfnia-CGL](https://izako.online/blogs/aprender-a-bailar/el-papel-del-baile-en-las-culturas-del-mundo?srsltid=AfmBOope3uxWcst49uyWUo1erJInv4pi8I9Jxll4OQD_biiQfnia-CGL).

**Jemio, Diego. 2025.** El tango, un aliado clave en la rehabilitacion del Parkinson en Argentina . *EL PAIS* . 2025.

**Jennifer Velasco Ruiz . 2019.** El magico proyecto de danza inclusiva de Zaragoza "Pares sueltos". *GNDIARIO* . 2019.

*La historia de la danza: momentos clave desde su origen hasta la actualidad.* **UNIR. 2024.** s.l. : HUMANIDADES, 2024.

**Martinez, Cristina. 2020.** Broadway world SPAIN . [En línea] 2020. [broadwayworld.com](http://broadwayworld.com) .

**Moratelli, Jessica Amaro. 2023.** Sage Journals . *Sage Journals* . [En línea] 2023. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1089313X231178095?>.

**Ortiz, Natasha Martin. 2021.** La danza como movimiento social: diversidad, representacion y lucha . *Desinformémonos* . 2021.

**Pardo, Inma. 2025.** Balletvale+, cuando la danza cura . *SER* . 2025.

**PATTE, EMMA. 2021.** WIRED. *WIRED* . [En línea] 11 de marzo de 2021. [wired.com](http://wired.com).

**PubMed . 2023.** PubMed. *PubMed* . [En línea] 2023. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37880590/>.

**ReasonWhy. 2022.** *Segun Adobe, España es el pais europeo donde mas ha crecido la economia de los creadores en los dos ultimos años* . 2022.

*Regenade dance* . **FM, EUROPA. 2020.** s.l. : EUROPA FM , 2020.

**RIVAS. 2004.** *La comunicacion en salud: historia, teorias y practica*. 2004.

**Sanchez, Elisa Vaquero. 2015.** El silencio habla mucho. *WordPress.com* . [En línea] 20 de Julio de 2015. <https://elsilenciohablamucho.wordpress.com/2015/07/20/la-comunicacion-no-verbal-y-la-danza/>.

**ScienceDirect. 2024.** *The effect of dance on mental health and quality life of people with Parkinsons disease* . 2024.

**SER, Cadena. 2024.** *El festival Bucles arranca con su edición más comprometida.* Valencia : Radio Valencia , 2024.

—. **2024.** *Incluir danza o la danza como herramienta de intervención en el ámbito de la discapacidad.* Palencia : Radio Palencia , 2024.

**SOCIALNC. 2024.** Difusión y lucha contra la desinformación . [En línea] 22 de abril de 2024. [socialnc.org](http://socialnc.org) .

**Trujillo, Daniela Pomés. 2020.** Cartel Urbano . [En línea] 2020. <https://cartelurbano.com/creadorescriollos/todos-los-cuerpos-pueden-bailar-asi-es-la-danza-inclusiva-de-concuerpos>.

**uclahealth. 2021.** UCLA Health . *UCLA Health.* [En línea] 2021. <https://www.uclahealth.org/news/article/free-moving-dance-has-healing-benefits-for-people-with-mental-health-concerns?>.

**UNESCO. 2024.** UNESCO . [En línea] 2024. <https://www.unesco.org/es/articles/2-de-cada-3-influencers-no-comprueban-sus-fuentes-pero-quieren-aprender-hacerlo-unesco-0?>.

**WIKIPEDIA. 2024.** WIKIPEDIA . [En línea] 2024. [https://es.wikipedia.org/wiki/Nae\\_Nae\\_\(baile\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Nae_Nae_(baile))

*'Yummy' de Justin Bieber .* **Celis, Lucía. 2024.** s.l. : La Republica, 2024.

#### *DECLARACIÓN RESPONSABLE*

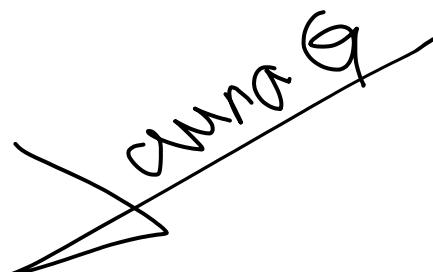
*La persona que ha elaborado el TFG que se presenta es la única responsable de su contenido. La Universidad de Cantabria, así como quien ha ejercido su dirección, no son responsables del contenido último de este Trabajo.*

*En tal sentido, Doña LAURA GARCIA ESCUDERO se hace responsable:*

- 1. De la AUTORÍA Y ORIGINALIDAD del trabajo que se presenta.*
- 2. De que los DATOS y PUBLICACIONES en los que se basa la información contenida en el trabajo, o que han tenido una influencia relevante en el mismo, han sido citados en el texto y en la lista de referencias bibliográficas.*

*Asimismo, declara que el Trabajo Fin de Grado tiene una extensión de máximo 10.000 palabras, excluidas tablas, cuadros, gráficos, bibliografía y anexos.*

*Fdo.:*

A handwritten signature in black ink, slanted to the right, that reads "Laura García". The signature is fluid and cursive, with "Laura" on the top line and "García" on the bottom line.