



MUSICOTERAPIA

Autores:

M.C. Pablo Álvarez Zagoya

M.C. José Manuel Martínez Rubio

Juan Salvador López Luna (alumno FCE)

Emmanuel Contreras Sánchez (alumno FCE)

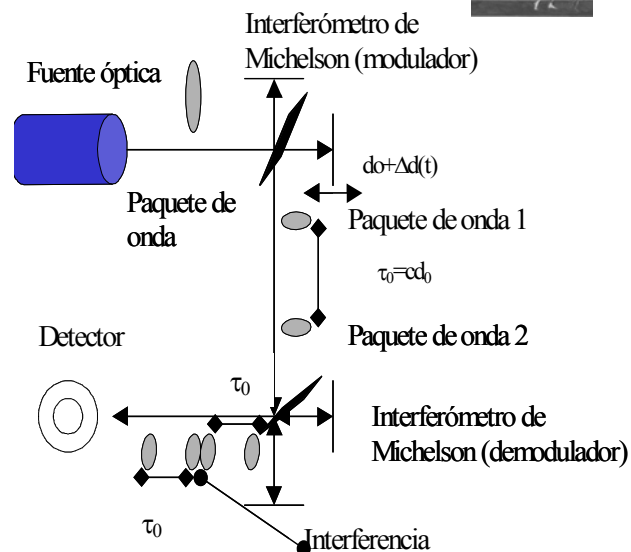
locki83@hotmail.com, jmmr@ece.buap.mx

Introducción

Varios estudios han demostrado que la música tiene la capacidad de curar. Es por eso que proponemos este breve trabajo con el fin de divulgar el beneficio que nos puede traer la música sabiéndola utilizar.

¿Qué es la musicoterapia

Juliette Alvin una de las pioneras de esta especialidad la define como: “el uso dosificado de música en el tratamiento, rehabilitación, educación y adiestramiento de adultos y niños que padecen trastornos físicos, mentales y emocionales”. La Universidad de Museo Social Argentino, la define como: “Una rama de la medicina recuperativa, que mediante la música se ocupa de coadyuvar en la recuperación orgánica, espiritual y emocional de personas con diversas deficiencias”. Benenzon la define como “Especialización científica que se ocupa del estudio del complejo Sonido-Ser Humano, sea el sonido musical o no, tiende a buscar los métodos diagnósticos y los efectos terapéuticos de los mismos”. Todas estas definiciones enfocan bajo





diversos aspectos el verdadero significado terapéutico de la música, pero no alcanzan a cubrir todas las posibilidades que ésta implica.

Antecedentes Históricos

Ya en papiros egipcios del año 1500 A.C., se hace referencia al encantamiento de la música relacionándola con la fertilidad de la mujer.

Los médicos brujos solían y suelen utilizar en sus ritos mágicos, canciones y sonidos para expulsar los espíritus malignos que existen en el individuo.

Aristóteles hablaba del valor médico de la música y Platón la recomendaba con las danzas para los terrores y las fobias.

En el siglo XVIII, se habló de los efectos de la música sobre las fibras del organismo, se le atribuyó un efecto triple: calmante, incitante y armonizante.

En el siglo XIX, Esquirol, psiquiatra francés, ensayó la música para curar pacientes con enfermedades mentales.

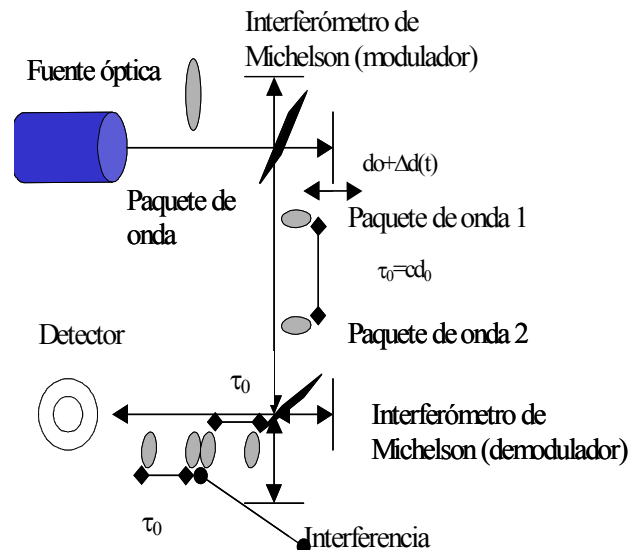
Entre 1900 y 1950 el creador de la rítmica y precursor de la musicoterapia fué Emile Jacques Dalcroze; sostenía que el organismo humano es susceptible de ser educado eficazmente conforme al impulso de la música. Unió los ritmos musicales y corporales.

Karl Orff basó su sistema de educación musical en el movimiento corporal, utilizando el cuerpo como elemento percusivo y el lenguaje en su forma más elemental. Para Orff la creatividad unida al placer de la ejecución musical permite una mejor socialización y establecimiento de una buena relación con el terapeuta, así como un aumento de la confianza y autoestima.

En Estados Unidos desde la Primera Guerra Mundial, los hospitales de veteranos contrataron músicos como ayuda terapéutica, preparando así el camino para la musicoterapia.



Aplicaciones de la música





En los niños la musicoterapia se utiliza cuando tienen problemas de:

- ♪ Dificultades en el aprendizaje
- ♪ Problemas de conducta
- ♪ Trastornos profundos en el desarrollo (autistas)
- ♪ Niños con deficiencia mental
- ♪ Con dificultades en la socialización
- ♪ Con baja autoestima , etc.

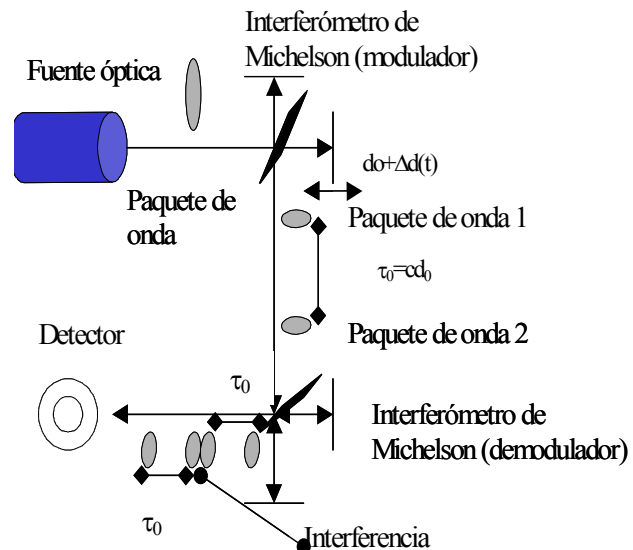


En personas adultas la musicoterapia se ha estado utilizando principalmente en casos de:

- ♪ Enfermedades degenerativas debido a la edad (Alzheimer entre otras)
- ♪ Problemas de farmacodependencia y abuso de sustancias
- ♪ Daño cerebral debido a enfermedades o traumatismos
- ♪ Incapacidades físicas debidos a enfermedades degenerativas o a accidentes
- ♪ Problemas de dolor agudo o crónico debido a diversas condiciones (secuelas de accidentes, cáncer, etc.).
- ♪ Personas con enfermedades terminales.

Puede destinarse a personas que no tienen problemas de salud pero que les permite emplear la música para:

- ♪ Reducir el estrés a través de hacer y escuchar música
- ♪ Como apoyo en el proceso del parto en las mujeres
- ♪ Aumentar la creatividad y la capacidad de resolver problemas
- ♪ Para disminuir la ansiedad





- ♪ Para mejorar la autoestima
- ♪ Para manejar el estrés

Datos Relevantes

En un estudio con 38 pacientes que llegaron a una sala de emergencia presentando heridas que requerían de sutura. Se dividió a estos en dos grupos. Uno de los grupos escuchó música mientras era sometido a los procedimientos quirúrgicos. Se encontró que los pacientes de este grupo informaron sentir menos dolor durante la intervención quirúrgica que el grupo que no escuchó música.

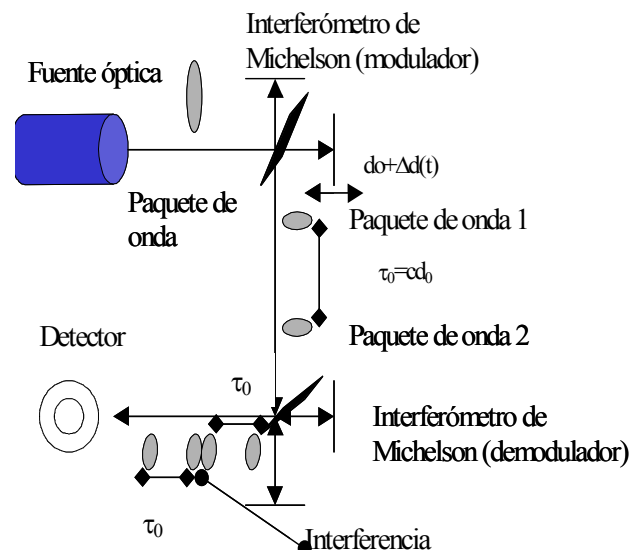
Recientemente se ha estado empleando la musicoterapia como un medio de aliviar la ansiedad de pacientes que han de ser sometidos a algún procedimiento quirúrgico. En otro estudio se estimó que la música es tan efectiva como 2.5 miligramos de Valium.

La musicoterapia no sólo es útil en caso de enfermedades. Por ejemplo, también se ha usado como parte de la preparación de las embarazadas. Hoy sabemos que este tipo de terapia tiene una serie de efectos fisiológicos. La música influye sobre el ritmo respiratorio, la presión arterial, las contracciones estomacales y los niveles hormonales. Los ritmos cardiacos se aceleran o se vuelven más lentos de forma tal que se sincronizan con los ritmos musicales. También se sabe que la música puede alterar los ritmos eléctricos de nuestro cerebro.

2 Interpretaciones?

Hay dos interpretaciones alternas de la terapia musical. Ambas pueden ser correctas. La primera sostiene que la música tiene algún efecto positivo sobre nuestro sistema nervioso. Esta interpretación se origina en un estudio en la Universidad de California, que demostró que los niños que se exponen a la música de Mozart antes de una prueba de inteligencia demuestran un mejoramiento en la puntuación al ser comparados con un grupo control. Los investigadores concluyeron que la música de Mozart, que es básicamente una serie de variaciones complejas y brillantes sobre temas sencillos, activa unas vías neurológicas que resultan en un mejoramiento en la capacidad intelectual demostrada en una prueba. Hay investigadores que sospechan que la música, cuando se introduce a edades sumamente tempranas, puede tener efectos favorables permanentes sobre el sistema nervioso.

La otra posibilidad es que la música actúe meramente como una distracción. Se sabe que la distracción puede tener efectos favorables sobre la percepción del dolor. El dolor se agrava mientras





más pensamos en el mismo.

Conclusión

Hemos ya expuesto los beneficios que tiene la música en las personas, pero hay que aclarar que la música no es un medicamento es un complemento de las diferentes terapias ya existentes. Con este trabajo lo que queremos lograr es que las personas que se sientan mal, utilicen la música para ayudar a mejorar estos problemas.

Referencias

- [1] AJURIAGUERRA, J., *Manual de Psiquiatría infantil*. Barcelona:,1980,Prentice Hall
- [2] BERGES, J. BOUNES, M., *La relajación terapéutica en la infancia*. Barcelona: Toray-Masson
- [3] <http://www.filomusica.com/filo22/asier.html>

