

UNIVERSIDAD EVANGÉLICA DEL PARAGUAY

FACULTAD DE MÚSICA

**EFFECTOS QUE TIENE LA MUSICOTERAPIA EN PERSONAS CON
ENFERMEDADES**

Monica Weber

TRABAJO MONOGRÁFICO PRESENTADO A:

Profesor: Dr. Ruben Driedger

EN CUMPLIMIENTO FINAL

PARA LA MATERIA METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN I

Con notas al pie aclaratorias
respecto de los elementos constitutivos de una monografía académica
de Dr. Ruben Driedger

SAN LORENZO
JULIO, 2014

ÍNDICE

| | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| INTRODUCCIÓN | 1 |
| CAPÍTULO I. CONCEPTO DE LA MUSICOTERAPIA | 2 |
| A. Orígenes de la musicoterapia..... | 2 |
| B. Definición de la musicoterapia | 3 |
| C. Tipos de música empleados en la terapia..... | 4 |
| CAPÍTULO II. EFECTOS DE LA MUSICOTERAPIA EN PERSONAS CON TRASTORNOS PSICOLÓGICOS Y FISIOLÓGICOS..... | 6 |
| A. Algunas enfermedades y trastornos que pueden aparecer en las personas..... | 6 |
| 1. Trastornos psicológicos | 6 |
| 2. Enfermedades físicas | 6 |
| B. Métodos de aplicación de la musicoterapia a las personas enfermas | 7 |
| C. Efectos causados por la musicoterapia en las personas enfermas | 7 |
| CONCLUSIÓN | 9 |
| BIBLIOGRAFÍA | 10 |

INTRODUCCIÓN¹

“Todos somos músicos preexistentes, ya que existe una relación entre el hablar y el caminar y el cantar y el bailar” (Simmel, 2003, pág. 9). Analizando esa expresión de Simmel, surge la duda de que si en la actualidad existan métodos válidos que utilizan a la música en tratamientos con personas y como se podrían aplicar.

El propósito de este trabajo es averiguar qué es la musicoterapia, qué efectos puede producir en las personas e identificar cuáles son las áreas en las que se puede aplicar.

En el capítulo uno se dará a conocer el concepto de la musicoterapia y algunos criterios para elegir los tipos de música adecuados a ser utilizados en el tratamiento. En el segundo capítulo se analizarán algunos tipos de trastornos que pueden aparecer en las personas y que pueden ser tratados con la terapia.

¹ En la introducción deberán estar presentes el planteo de la investigación, el/los objetivo/s y la proyección de los capítulos de la monografía. Importante es recordar que el planteo debe estar debidamente avalado por una o varias referencias de literatura pertinente respecto de la temática a desarrollar.

CAPÍTULO I.²

CONCEPTO DE LA MUSICOTERAPIA

En el mundo existen innumerables tipos de terapias que son utilizadas para resolver todo tipo de problemas, como curar enfermedades, trastornos físicos o mentales de las personas. Una de ellas es la musicoterapia, que ya se viene practicando desde hace mucho tiempo.

A. Orígenes de la musicoterapia

La música se utiliza desde los tiempos antiguos, de antes de Cristo, como un medio para trabajar con el ánimo o las emociones de las personas, principalmente de reyes y personas pudientes. Según Alvin, los griegos, en su época, ya tenían diferentes modos, tonalidades, que los relacionaban con los diferentes estados de ánimo de las personas (Alvin, 1968, págs. 10-11):

El modo Dorio se relaciona con la modestia y la pureza. El Frigio estimula la combatividad. El Eolio compone trastornos mentales e induce sueño. El modo Jonio azuza a los intelectos melancólicos y provoca el deseo de objetos celestiales. El modo Lidio alivia a las almas oprimidas por las preocupaciones.

En los comienzos, la religión, la música y la ciencia estaban enredadas entre sí. Con el pasar del tiempo y los descubrimientos del hombre, eso fue cambiando y se intentó separarlos por completo. Pero como la ciencia está limitada a ciertas normas, los terapeutas se vieron obligados a referirse nuevamente a los músicos para encontrar nuevas formas de combate a las enfermedades. Pues la música relaja a los pacientes y es

² Cada capítulo de la monografía deberá ser precedido por una breve introducción. También al final del mismo se busca integrar lo esencial abordado por una o dos frases claves. Esto se puede observar claramente en este trabajo monográfico en los dos capítulos desarrollados.

un método variado a los tratamientos con tecnología y medicamentos. (Boyce-Tillman, 2003, págs. 15-16, 245)

La necesidad más importante de los seres humanos es la de relacionarse con los demás y con su entorno. La música es una forma en la que esto puede ocurrir satisfaciendo una parte de esa necesidad. La melodía ayuda a recordar situaciones y experiencias específicas, ya sean buenas o malas, que se hayan vivido con otras personas. El ritmo forma parte del diario vivir. Todo lo que se hace tiene alguna relación con él y lo más simple e importante sería la respiración, que ocurre en forma regular, automáticamente. (Crandall, 2005, págs. 23, 31-32)

B. Definición de la musicoterapia

La musicoterapia puede ser definida como “el uso dosificado de la música en el tratamiento, la rehabilitación, la educación y el adiestramiento de adultos y niños que padecen trastornos físicos, mentales o emocionales” (Alvin, 1968, pág. 11). Si se sobrepasan los límites, también puede dañar al cuerpo de cierta forma.

Es importante que la persona afectada pase por todos los procesos de la musicoterapia con el acompañamiento de un profesional. Si no lo hace así, puede ser que en vez de sanarse con la terapia, esté empeorando su situación y los riesgos pueden aumentar en gran manera, por hacerlo de forma incorrecta. (Alvin, 1968, pág. 11)

Según la educadora June Boyce-Tillman, cualquier músico es capaz de sanar a su propio cuerpo y alma mediante la música. Afirma en su libro que: “Durante la convalecencia de una larga enfermedad, volví a componer y me di cuenta de que ese proceso era en realidad parte de mi propio proceso curativo, que al combinar y

recombinar las ideas musicales estaba transformado partes de mi ser” (Boyce-Tillman, 2003, págs. 28-29).

C. Tipos de música empleados en la terapia

Elegir la música correcta para aplicarla en una terapia no es tarea fácil. Para lograr resultados positivos y satisfactorios es muy importante analizar todos los aspectos del paciente y los riesgos que está corriendo. De acuerdo a eso se podrá elegir con cautela el procedimiento a seguir.

“Son los ánimos los que hacen surgir la música, y a la vez, la música hace surgir renovados estados anímicos” (Simmel, 2003, pág. 9)

Cada persona tiene la posibilidad y el derecho de usar la música como un medio para curar su cuerpo y para restaurar su estado de salud. (Crandall, 2005, pág. 13)

Según Peraza Chil y Zaldívar Pérez la música se vuelve un medio de expresión emocional. Los efectos fisiológicos más importantes son:

- a-) Según el ritmo, incrementa o disminuye la energía muscular.
- b-) Acelera la respiración o altera su regularidad.
- c-) Produce efecto marcado, pero variable en el pulso, la presión sanguínea y la función endocrina.
- d-) Disminuye el impacto de los estímulos sensoriales de diferentes modos.
- e-) Tiende a reducir o demorar la fatiga e incrementa el endurecimiento muscular.
- f-) Aumenta la actividad, como escribir a máquina, e incrementa la extensión de los reflejos musculares empleados en escribir, dibujar, etcétera.
- g-) Es capaz de provocar cambios en los trazados eléctricos del organismo.
- h-) Es capaz de provocar cambios en el metabolismo y en la síntesis de variados procesos enzimáticos. (Peraza Chil & Zaldívar Pérez, 2003, pág. 11)

Para elegir la música adecuada, se deben tener en cuenta los niveles de ansiedad del paciente y determinar el efecto deseado. (Peraza Chil & Zaldívar Pérez, 2003, pág. 12)

Al estar bien informado sobre lo que es la musicoterapia, se puede partir hacia el siguiente punto. Que es su aplicación en personas con trastornos.

CAPÍTULO II.

EFECTOS DE LA MUSICOTERAPIA EN PERSONAS CON TRASTORNOS PSICOLÓGICOS Y FISIOLÓGICOS

Hay diferentes tipos de enfermedades y trastornos que pueden ser tratados con la musicoterapia. El fin de ésta es mejorar el estado de salud y los aspectos de la vida individual y social de las personas afectadas.

A. Algunas enfermedades y trastornos que pueden aparecer en las personas

Ya que no son todas las enfermedades las que se pueden tratar con la música, es importante mencionar algunas. En especial las que son más frecuentes.

Los beneficiarios de la musicoterapia son también muy variados, desde bebés prematuros a pacientes en fase terminal o en coma, pacientes oncológicos, personas con depresión, trastornos alimentarios, adicciones, y un larguísimo etcétera. (Trallero Flix & Oller Vallejo, 2008, pág. 51)

1. Trastornos psicológicos

En la actualidad el estrés en las profesiones asistenciales es uno de los trastornos que más afecta a los seres humanos. Tienen grandes responsabilidades con otras personas y eso puede afectar a su estado de ánimo.

Uno de los trastornos más graves del estrés es el *burnout*, que se refiere a un agotamiento emocional del profesional. (Trallero Flix & Oller Vallejo, 2008, págs. 11-14)

2. Enfermedades físicas

En la mayoría de los casos los pacientes tienen alguna discapacidad física, que puede ser tratada con música. “Muchos trastornos fisiológicos o enfermedades resultan

de una falta de contactos físicos con el medio, o de una ineptitud de movimiento más o menos grave que perturba la vida de varias maneras y en diferentes grados” (Alvin, 1968, pág. 133). Muchos trastornos fisiológicos o enfermedades resultan de una falta de contactos físicos con el medio, o de una ineptitud de movimiento más o menos grave que perturba la vida de varias maneras y en diferentes grados.

B. Métodos de aplicación de la musicoterapia a las personas enfermas

La musicoterapia autorrealizadora es un método muy bueno para controlar el estrés asistencial. Consiste en que la persona misma pueda usar la música como medio para expresarse y dejar fluir su creatividad. Según Trallero y Oller, la musicoterapia autorrealizadora se basa en:

La improvisación creativa, de forma que toda la música que se utiliza en una sesión es fruto de la inspiración del momento. Los participantes, respondiendo a las consignas, pautas y sugerencias propuestas por el Musicoterapeuta, van elaborando su propia música, que si bien al principio refleja sus dificultades y conflictos personales, poco a poco va transformándose en una manifestación de sus logros y de su crecimiento personal. (Trallero Flix & Oller Vallejo, 2008, pág. 52)

Otro método usado en musicoterapia, para trabajar con algunos trastornos físicos, son los instrumentos de viento. “Los expertos nos dicen hoy que tocar instrumentos de viento puede ser una ayuda a la ortodoncia, y aun mejorar el aspecto de personas que sufren alguna mal formación de la boca” (Alvin, 1968, pág. 140).

C. Efectos causados por la musicoterapia en las personas enfermas

Por más que se aplique un mismo método terapéutico a personas diferentes el efecto que se producirá en ellas no será igual. “Las respuestas psicológicas a una experiencia musical dependen de la capacidad del oyente o del ejecutante para comunicarse o identificarse con ella” (Alvin, 1968, pág. 107).

Además el efecto no será siempre positivo. Especialmente cuando se trata de un paciente cuyo trasfondo le ha marcado mucho, pero es desconocido por parte y tiene un origen muy profundo. (Trallero Flix & Oller Vallejo, 2008, pág. 15)

Respecto a los efectos que aparecen en las personas con discapacidad física, Alvin afirma que:

No es posible medir científicamente el efecto emocional de la música, pero, ya que su impacto inicial es físico, acaso (SIC) podamos determinar o aun medir la respuesta fisiológica a las vibraciones musicales. [...] Algunas respuestas físicas a la música consisten en reflejos espontáneos e indomables. Podemos encontrarnos inconscientemente marcando el compás al oír música, o advertir repentinamente que nuestro aliento se ha hecho más rápido durante un pasaje acelerado. Estos son reflejos involuntarios. (Alvin, 1968, pág. 124)

De esa manera se puede resaltar que es muy importante que las personas que estén en tratamiento con la musicoterapia, deban tener una asistencia personalizada. Principalmente las que tienen un trastorno mental más grave y profundo. Cada persona debe estar, de cierta forma, consciente de lo que va a hacer.

CONCLUSIÓN³

De esta monografía se puede rescatar que la musicoterapia es un método que se viene utilizando desde hace muchos años en el tratamiento de algunos trastornos en los seres humanos. Es posible afirmar que este método todavía es válido en la actualidad y que es aplicado frecuentemente por los terapeutas, cumpliendo así, el objetivo sugerido.

Principalmente se recurre a la musicoterapia, en los casos donde la tecnología y la medicina convencional ya no aportan resultados productivos en el proceso de curar o controlar enfermedades. Pero cada persona, por su propia cuenta, puede aprovechar los beneficios que trae la música sobre su cuerpo, al manejarla de la manera correcta.

Sería bueno profundizar más sobre el tema de la música adecuada para cada persona. Pues no todos los tipos de música tendrán el mismo efecto. Además también sería interesante investigar si la musicoterapia puede actuar como un método preventivo de enfermedades o trastornos.

³ La conclusión debe informar cómo se cumplieron o no los objetivos de la monografía. Puede indicar los resultados principales de la investigación o recapitular someramente el contenido, mencionando el propósito, los métodos principales, los datos más importantes y el significado principal de los resultados. Al final aparecerá un párrafo con recomendaciones para próximas investigaciones respecto de la temática desarrollada.

BIBLIOGRAFÍA

- Alvin, J. (1968). *Musicoterapia* (Vol. 7). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Boyce-Tillman, J. (2003). *La música como medicina del alma*. Barcelona, España: Paidós.
- Crandall, J. (2005). *Musicoterapia. La Autotransformación por medio de la música*. Madrid, España: Neo Person.
- Peraza Chil, E., & Zaldívar Pérez, D. F. (2003). La Musicoterapia. Un nuevo enfrentamiento al estrés y la Hipertensión Arterial. *Revista Cubana de Psicología*, 20(1), 10-14.
- Simmel, G. (2003). *Estudios psicológicos y etnológicos sobre Música*. Buenos Aires, Argentina: Gloria.
- Trallero Flix, C., & Oller Vallejo, J. (2008). *Cuidados musicales para cuidadores*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.