

January 2002

## Está de moda la musicoterapia

Irma Gil Antorveza

*Universidad de La Salle, Bogotá, foftometria@jupiter.lasalle.edu.co*

Follow this and additional works at: <https://ciencia.lasalle.edu.co/ruls>

---

### Citación recomendada

Gil Antorveza, I. (2002). Está de moda la musicoterapia. *Revista de la Universidad de La Salle*, (34), 113-126.

This Artículo de Revista is brought to you for free and open access by the Revistas de divulgación at Ciencia Unisalle. It has been accepted for inclusion in *Revista de la Universidad de La Salle* by an authorized editor of Ciencia Unisalle. For more information, please contact [ciencia@lasalle.edu.co](mailto:ciencia@lasalle.edu.co).

# ESTÁ DE MODA LA MUSICOTERAPIA

**Irma Gil Antorveza**

*Cirujana oftalmóloga, Universidad del Bosque.*

*Docente Facultad de Optometría,*

*Universidad de La Salle.*

*foptometria@jupiter.lasalle.edu.co*

*Los medios de comunicación nos invaden con información fragmentada sobre la musicoterapia. Disciplina establecida como tal desde 1950, su aplicación tiene múltiples campos y métodos; pero dada la diversidad de información, existe una gran confusión sobre sus reales usos, método y posibilidades, así como sus reales alcances. Con este artículo se pretende dar una visión de una técnica terapéutica basada en la música, que bien utilizada puede servir para tratar integralmente a los pacientes en conjunto con la medicina tradicional o con la alternativa. La musicoterapia ha demostrado ser efectiva en personas de cualquier edad y sexo, con muy diversos trastornos o problemas, no siendo necesario que el paciente tenga ningún conocimiento o habilidad musical, pero sí indispensable que el musicoterapeuta tenga los conocimientos y la habilidad suficientes para introducir al paciente en el mundo musical, por medio de diferentes técnicas y actividades, para que el paciente pueda utilizar la música como su canal de comunicación.*



# Ú

ltimamente se ha presentado en los colegios, consultorios y medios de comunicación una oleada de información fragmentada sobre el redescubrimiento de una técnica utilizada cada día más en el manejo coadyuvante de algunas enfermedades en el ser humano. Esta técnica, llamada Musicoterapia, como su nombre lo dice está basada en el uso de la música como medio de transformación de elementos internos y mecanismos fisiológicos, tendientes a cambiar los mecanismos patológicos que llevaron a la pérdida del estado de salud.

Lo importante de este enfoque terapéutico es que podemos ir más allá de la enfermedad y utilizarlo como acompañamiento en los procesos de aprendizaje normal de los niños, así como en su desarrollo psicológico.

El alcance de la música en los procesos fisiológicos, mentales, emocionales y físicos de los niños e incluso de los adultos es tal, que se puede lograr canalizar casi todo tipo de alteraciones en el ser humano.

La música como método terapéutico tiene un gran efecto y se constituye como un enorme potencial, ya que éste es un gran canal de comunicación utilizado en absolutamente todas las culturas. Gracias a su uso y desarrollo como método terapéutico, e igualmente al interés de múltiples disciplinas, actualmente se tiende a encuadrar dentro de una disciplina científica y al lograr serlo, es posible que no riña con la llamada medicina tradicional, sino que sirva para manejar integralmente a cualquier paciente, como coadyuvante en su tratamiento general.

El presente artículo, trata de compendiar de forma sencilla y amena las publicaciones

de investigaciones, opiniones y trabajos sobre pacientes de múltiples escritores y musicoterapeutas, con el propósito de dar una visión clara y general sobre un tema tan polémico como de actualidad.

## **El tiempo y su relación con el ser humano y la música**

La noción de tiempo es indispensable para la adaptación adecuada de una persona a la realidad temporal-espacial que lo rodea. La formación y el desarrollo del ser humano están determinados por el tiempo; en la vida de cada persona podemos encontrar el tiempo como parte de su propia constitución ya que vemos, por ejemplo, el ritmo cardíaco, el ritmo respiratorio, los ciclos circadianos, el tiempo para la respuesta endocrina e inmunológica, los ritmos de crecimiento y el proceso de envejecimiento celular, entre otros. Sin estos ritmos y tiempos, o con la alteración de ellos, las dificultades para el desarrollo integral del ser humano son considerables.

Por otro lado, la música tiene como principal elemento constitutivo el tiempo. Vemos cómo

el ritmo es la organización en el tiempo de una serie de sonidos que van formando secuencias y vemos cómo el sonido tiene características como intensidad, duración, timbre y tono. Las combinaciones de estos elementos musicales producen las melodías, conformando un complejo armónico caracterizado por tener duración, intervalo y secuencia de las notas musicales. Estas, ya complejas secuencias, conforman la música, dándole un sentido racional; se puede entonces relacionar el proceso musical con un proceso neurofisiológico que conlleva a activar la corteza cerebral; esta activación dirigida puede llegar a cambiar incluso los ritmos biológicos o cualquier proceso en el ser humano que implique el manejo de tiempo y secuencia.

El sonido está formado por ondas que se transmiten a través del aire con una frecuencia y una intensidad determinadas; así pues, las ondas sonoras, entre más bajas son mucho más largas y ocupan mayor espacio. Por lo tanto, según el tipo de onda, la música influirá en diferente tipo de actividad cerebral. Se ha determinado que los sonidos con frecuencias altas afectan funciones relacionadas con el aprendizaje, tales como percepción, memoria y pensamiento. Las de frecuencia media influyen en procesos neurovegetativos, tales como el ritmo cardíaco o las emociones. Finalmente, las de frecuencia baja se relacionan con las actividades motoras.

Para hacer música es necesario organizar los sonidos en el tiempo. Por lo tanto, es un proceso que se relaciona siempre con el tiempo y llega a estimular a la persona a seguir un ritmo determinado en el que encadena no sólo la corteza cerebral, sino también el sistema límbico, por lo que además de efectos en los ritmos fisiológicos, se puede lograr también efectos en los procesos psicológicos.

## **Relación sonido – ser humano**

La comunicación entre las personas tiene un componente verbal: las palabras. También tiene un componente no verbal, como puede ser la calidad de la voz, la intensidad, el

*Es posible que no riña con la llamada medicina tradicional, sino que sirva para manejar integralmente a cualquier paciente.*

tono, la cadencia, el volumen, la frecuencia respiratoria, la expresividad de los ojos o la cara en general, la postura y la coloración de la piel, componente que constituye más del 90% de la comunicación. En este contexto no verbal es donde entra la música con todos sus elementos (ritmo, melodía, armonía, sonido, silencio y movimiento) a producir cambios en el comportamiento, en la forma de expresarse, en cómo establecer la comunicación y por lo tanto, en la forma de percibir la vida. Esta característica no verbal de la música le permite llegar a cualquier persona en cualquier cultura, condición, situación y estado de ánimo, sirviendo como vehículo para la transformación a nivel subconsciente, activando y regularizando ritmos fisiológicos, al abrir, mejorar y restablecer las funciones en un contexto no verbal. Así como se desarrollan la personalidad y las conductas sociales, también se desarrollan los afectos y emociones que, en conjunto, decidirán nuestra forma de entender y manejar la vida. Es ahí donde también entra la música.

La música tiene tres elementos principales que interactúan en diferentes estructuras del cerebro. El ritmo, que regula el tiempo musical, tiene efecto a nivel del centro vital o subconsciente, que está formado por el tronco cerebral y la sustancia reticular, los cuales a su vez son los encargados de manejar las funciones básicas de vida o vegetativas y fisiológicas; es decir, que el ritmo puede llegar a aumentar o disminuir la frecuencia respiratoria, puede llegar a activar ondas cerebrales o puede ayudar

a disminuir el tono muscular. Por su parte, el segundo elemento es la melodía; ésta se relaciona con el tono musical y tiene efecto en el cuerpo calloso y el sistema límbico, pudiendo llegar así a regular las emociones. Finalmente, el tercer elemento es la armonía; ésta llega a involucrar la creación y composición musical y tiene efecto a nivel del cerebro cortical y la relación entre los hemisferios, regulando así las funciones concientes y el razonamiento.

### ¿Qué es la música?

La música es un fenómeno universal que a lo largo de los años ha ido jugando un importante papel en individuos de diferentes partes del mundo, llegando a estar presente en todas las culturas conocidas. El ser humano está sumergido en ella tanto de manera voluntaria como involuntaria.

Todas las personas poseen una cierta musicalidad ya que cada individuo responde de alguna manera a la música que le rodea. La música no es necesaria para la supervivencia humana y sin embargo forma parte importante en su vida diaria. Tiene diferentes funciones como la comunicación, la expresión emocional, la representación simbólica, el placer estético, el entretenimiento, la contribución a la continuidad y estabilidad de la cultura, así como la integración de la sociedad, lo cual explica las importantes implicaciones para la práctica de la musicoterapia.

## ¿Qué es terapia?

Derivada de la raíz griega *therapeia* (*Med. Terapéutica*), significa atender, ayudar o tratar. Es una parte de la medicina que enseña el modo de cuidar las enfermedades. Exclusivamente empírica en un principio, la terapéutica se apoya actualmente en las ciencias físico químicas y naturales y en la sicología, y se inspira en los experimentos de los laboratorios.

## ¿Qué es la Musicoterapia?

Hay muchas definiciones de musicoterapia, dependiendo del encuadre clínico, la orientación del tratamiento y el tipo de trabajo a realizar en el paciente. La Federación Mundial de Musicoterapia la define como:

"Musicoterapia es la utilización de la música y/o de sus elementos (sonido, ritmo, melodía y armonía) por un Musicoterapeuta calificado, con un paciente o grupo, en un proceso destinado a facilitar y promover comunicación, aprendizaje, movilización, expresión, organización u otros objetivos terapéuticos relevantes, a fin de asistir a las necesidades físicas, psíquicas, sociales y cognitivas.

La Musicoterapia busca descubrir potenciales y/o restituir funciones del individuo para que el / ella alcance una mejor organización intra y/o interpersonal y, consecuentemente, una mejor calidad de vida, a través de la prevención y rehabilitación en un tratamiento."



Benenzon la define como "Especialización científica que se ocupa del estudio e Investigación del complejo Sonido - Ser Humano, sea el sonido musical o no, tendiente a buscar los métodos diagnósticos y los efectos terapéuticos de los mismos". Otros opinan que "Es el hacer música entre el paciente y el terapeuta, para tratar de reestablecer la comunicación perdida".

Kenneth Bruscia asegura que la musicoterapia representa aspectos diferentes para distintas personas, por muchas razones. Las diferencias culturales y filosóficas entre los musicoterapeutas son las responsables hasta cierto punto de esa variedad de definiciones. Pero la musicoterapia tiene muchos aspectos que hacen que sea difícil definirla: es transdisciplinaria, ya que no se trata de una disciplina aislada con límites claramente definidos e inmutables, sino que constituye una combinación de muchas disciplinas que se mueven alrededor de dos temas principales: la música y la terapia; como una combinación de disciplinas es a la vez un arte, una ciencia y un proceso interpersonal; como una modalidad de tratamiento es diversa; como disciplina y profesión, tiene una identidad doble y como un campo joven está todavía en el proceso de llegar a ser.

Finalmente, vale la pena decir que la musicoterapia se estableció como disciplina independiente y formal en 1950 en Estados Unidos. Hoy se enseña en múltiples instituciones a lo largo del mundo, como enseñanza formal.

### **Efectos de la Musicoterapia**

Dado el gran número de variables que intervienen en el proceso de la musicoterapia, se puede hablar de los efectos generales antes que de los particulares, sin olvidar que cada persona hace asociaciones únicas e individuales ante

cada pieza musical, así como cada persona reacciona diferente ante una escultura o ante la sensación de frío y calor; por lo tanto, las respuestas y manejo del paciente se determinarán individualmente.

Los efectos generales son:

- **A nivel fisiológico:** las respuestas fisiológicas en el organismo dependen principalmente de la complejidad del estímulo musical y de la percepción y experiencia musicales que tiene cada individuo. Las más frecuentemente vistas son: aumento o disminución de la frecuencia cardíaca (pulso), aumento o disminución de la frecuencia respiratoria, mayor o menor activación de las ondas cerebrales, aumento o disminución de la actividad muscular y estimulación del sistema inmunitario.
- **A nivel emocional:** todos nos hemos sentido alguna vez afectados por alguna canción que nos trae recuerdos, o que nos evoca alguna situación familiar, emocional o espiritual. De igual forma, hemos utilizado una canción para comunicarnos con alguien. Así pues, la musicoterapia facilita la comunicación de una forma no verbal, modifica el estado de ánimo y ayuda a evocar sensaciones o situaciones.
- **A nivel del conocimiento:** ayuda a desarrollar habilidades preacadémicas y académicas, ya que evoca asociaciones como imágenes o recuerdos en forma de escenas,

estimula la imaginación y la creatividad, ayuda a recordar información, agiliza el aprendizaje, facilita y estimula el lenguaje, mejora la capacidad de atención, y la memoria reciente y a largo plazo.

- **A nivel social:** estos efectos son tal vez los más conocidos por ser la música una de las primeras manifestaciones en las diferentes culturas. Favorece la integración social, es claramente un agente socializador, permite la cohesión del grupo, estimula la expresión individual ante un grupo, restablece relaciones, al mismo tiempo que exige coordinación y cooperación.
- **A nivel espiritual:** desde que el hombre se ha manifestado, la música la ha utilizado para comunicarse con lo que él entiende por Divino y ha formado parte de todas sus ceremonias religiosas. Estos efectos son difíciles de definir y comprender y más bien se podrían entrelazar de alguna forma con los efectos emocionales. Da sensación de paz, serenidad y armonía. Crea una atmósfera propicia para meditar, facilita la reflexión sobre el sentido de vida.

*Esta característica no verbal de la música le permite llegar a cualquier persona en cualquier cultura, condición, situación y estado de ánimo.*

## **Objetivos y beneficios de la Musicoterapia**

Dada la capacidad de la música para producir múltiples efectos a muy diferentes niveles en el ser humano, permite al musicoterapeuta establecer diferentes e individuales objetivos de tratamiento, teniendo en cuenta las necesidades de cada persona, sus capacidades y las respuestas que va presentando durante la terapia.

En general podemos decir que la musicoterapia logra producir cambios sustanciales en la forma de funcionar en su vida cada persona, estimulando o desestimulando diferentes niveles cerebrales. Con la musicoterapia es factible hacer un tratamiento efectivo en personas con discapacidades,

incluso de comunicación, al ser un medio que no necesita verbalizar. Es un medio no farmacológico, progresivo e individual que no encuadra al paciente dentro de ningún parámetro. Lo más importante, es que puede utilizarse como coadyuvante en cualquier tratamiento médico para facilitar y agilizar el manejo del paciente e igualmente prolongar la mejoría, ya que su enfoque debe ir hacia el origen de la enfermedad y no hacia los síntomas. Como cualquier terapia, mal utilizada puede generar daño a cualquier nivel.

### **¿Cómo se aplica la Musicoterapia? Metodologías**

Entendemos salud como el equilibrio que debe tener el ser humano tanto en su parte física como psicológica y espiritual. Cuando se pierde este equilibrio se presentan síntomas como mecanismos de compensación del organismo para tratar de restablecer su propio equilibrio. Es así que el síntoma se constituye como un sistema de alarma, pero no es la enfermedad en sí. Vale la pena aclarar que no es lo mismo el síntoma que la causa de la enfermedad, ya que al desaparecer el síntoma, por ejemplo con medicamentos, no quiere decir que la causa esté resuelta y por lo tanto persistirá la enfermedad y tarde o temprano el paciente presentará nuevamente alguna manifestación o síntoma. Es indispensable encontrar la causa de la enfermedad para llegar a su manejo y restablecer un equilibrio o estado de salud.

La musicoterapia tiene diferentes técnicas y actividades para así colocar al paciente realmente en una experiencia musical. La labor del musicoterapeuta consiste en adaptar las actividades musicales propuestas a las capacidades de cada persona para lograr el objetivo propuesto. El músico terapeuta debe tener una formación profesional en música, psicología, sicoterapia y métodos de investigación.

La musicoterapia actualmente se desarrolla en múltiples direcciones ya que la música y su uso como elemento terapéutico está siendo cada vez más estudiada. Nuevos métodos son utilizados según los nuevos conceptos que se elaboran de acuerdo con los requerimientos y cada vez mayor uso en diferentes áreas del desarrollo normal o patológico del ser humano.

Algunos de los métodos son el Método de Imágenes Guiadas con Música, el Método Conductista, el Método de Benenzon y el Método Transpersonal Humanista.

### **Método de imágenes guiadas con música**

El Método de Imágenes Guiadas con Música está indicado principalmente para personas "normales" que tengan el deseo de un mayor autoconocimiento y que necesiten un proceso de autotransformación para mejorar su forma de vida. Inicialmente se utilizó para pacientes con adicciones y actualmente se utiliza también para pacientes con problemas físicos o enfermedades sicosomáticas. En este

método se utiliza la música para que el paciente abandone sus controles racionales usuales y así llevarlo y mantenerlo en un estado alterado de conciencia, provocando la aparición de sentimientos, imágenes y emociones, posibilitando que la información que tiene el paciente a nivel inconsciente llegue a manifestarse para poder trabajar en ello.

La sesión de este método tiene diferentes etapas. En la primera etapa se hace un diálogo con el paciente para lograr establecer una adecuada relación terapéutica, detectar los sentimientos del paciente y con esto decidir el tipo de relajación, inducción y música a utilizar. En la segunda etapa se hace una relajación guiada del paciente. En la tercera etapa se coloca la música escogida para llevar al paciente a estados alterados de conciencia, logrando liberar sus emociones internas. Como última etapa se debe estructurar la experiencia que acaba de tener el paciente, analizándola y determinando la orientación de las siguientes sesiones.

### Método conductista

Algunos musicoterapeutas han visto las posibilidades de fortalecer el enfoque científico de esta técnica a través de la aplicación de métodos conductuales. La teoría conductista se ha desarrollado a partir de la descripción de fenómenos que han ocurrido y la posibilidad de establecer una relación entre variables, lo cual lleva a plantear una teoría. Se centra en conductas que son definidas objetivamente, que son observables y que pueden ser objeto de descripción, cuantificación y análisis.

En este método la música tiene tres funciones claras: la función como estímulo utilizándola para facilitar la retención y aprendizaje de conceptos. Dentro de esta función el ritmo se utiliza principalmente para cambiar conductas motrices y verbales; se ve por ejemplo, que estímulos auditivos rítmicos producen mejoría en el ritmo de la marcha en niños con trastornos neuromusculares. El anotar patrones rítmicos, tocarlos en instrumentos musicales y asociarlos rítmicamente con el habla, mejoran el ritmo del habla en pacientes con problemas auditivos.



La segunda es la función como estructura. Cuando la música se estructura como señal auditiva, los niños con problemas de aprendizaje mejoran en la memorización, retención de tareas de asociación e incluso, aprenden más rápidamente números telefónicos. Al estructurar la música en una actividad con una secuencia, como por ejemplo oír, tocar un instrumento y cantar, se logra mejorar la interacción social, el desarrollo de los niños con retardo mental, la discriminación auditiva y la lectura.

La tercera función es el refuerzo. Al reforzar el trabajo musical con diferentes actividades pero igual objetivo, se ha logrado mejorar situaciones como la postura de la cabeza en discapacitados físicos, disminuir la enuresis (mojarse en la cama) y mejorar las interacciones sociales.

Para un proceso adecuado de tratamiento con este método, el paciente debe llegar remitido al musicoterapeuta y éste debe moverse a partir de un diagnóstico que le indique las conductas que se quieren modificar. Ya con el paciente, se realiza una evaluación de la conducta tomando información de la historia de éste, principalmente tomando datos que lleven a determinar factores familiares o ambientales que disparen o mantengan la conducta; al mismo tiempo, es deseable detectar qué estímulos pudieran manejarse para cambiar esa conducta. Igualmente se debe explorar la importancia que tiene la música para el paciente, su experiencia musical y sus preferencias para así

desarrollar actividades adecuadas para esa persona. Por último, se define el estado actual de la conducta y así en conjunto con toda la información obtenida, se diseña un programa de tratamiento que puede incluir una o varias actividades como canto, danza, instrumentos, composición, audición, verbalización, improvisación, según el método más eficaz para cada paciente. Durante las sesiones es muy importante ver las respuestas del paciente, los cambios en la conducta en frecuencia, tiempo, intensidad, entre otros, para que a medida que se escojan las mejores técnicas con los mejores resultados se logren mayores cambios fisiológicos, y por lo tanto, cambios en las conductas.

Las áreas de aplicación más conocidas son múltiples. Algunos ejemplos: en odontología y cirugía ginecológica, la música puede actuar enmascarando el sonido de un objeto que produce dolor y ruido, suprimiendo así una fuente de ansiedad condicionada; al mismo tiempo puede tener un efecto relajante ya condicionado, y la atención hacia la música puede servir como elemento distractor. Otro campo de acción es en la rehabilitación física; se utiliza como punto de atención o como señal que regula el ritmo del movimiento físico, logrando así mejorar la coordinación, fuerza, agilidad y tono. En la educación especial se ha utilizado principalmente en pacientes con retardo mental, ya sea en forma activa (haciéndoles participar tocando instrumentos) o pasiva (simplemente escuchando música), mejorando sus patrones de conducta y sus problemas de aprendizaje. En pacientes de edad avanzada se logra mejorar su memoria reciente y

remota, disminuir problemas de conducta como agresividad, mejorar el sueño, aumentar su interacción social y afectar sus habilidades motoras.

## Método de Benenzon

En este modelo se especifica que el musicoterapeuta debe actuar cuando existe el deseo explícito del paciente de ser modificado por medio de la musicoterapia. El musicoterapeuta tiene los instrumentos musicales o algún elemento con el cual se pueda hacer música, que le permitan abrir, mejorar y dar fluidez a los canales de comunicación. Este método se utiliza en pacientes que padecen algún trastorno que lo aísla o margina y le impide una buena calidad de vida. La interacción del musicoterapeuta con el paciente en un contexto no verbal, a través de los instrumentos, debe lograr colocar a este último en las vivencias de situaciones de su infancia, relacionadas con sus padres o amigos e incluso en sus vivencias fetales. Esta situación tendrá una respuesta en el paciente por medio del instrumento u objeto que está utilizando como símbolo o utilización no verbal con el terapeuta. El terapeuta debe acompañar en este proceso al paciente y proporcionarle el camino para que continúe mostrando todas sus vivencias.

## Método transpersonal

El músico terapeuta con vocación transpersonal tiene una perspectiva espiritual y lleva a los pacientes, en su mayoría niños, a través de sus problemas, liberándose de los conceptos que lo llevaron a este problema, despertándole su sensibilidad y percepción. Uno de los métodos más utilizados en esta técnica es la improvisación musical terapéutica. Aquí el niño, expuesto a un proceso musical, responde espontáneamente a la música, al terapeuta y a la situación. Esta respuesta depende de las capacidades, aptitudes, problemas y condiciones del niño. A medida que puede expresarse en sus diferentes respuestas, realizar nuevos descubrimientos, desarrollar capacidades, niveles

*La Musicoterapia  
busca descubrir  
potenciales y/o  
restituir  
funciones del  
individuo.*

de percepción e interacción, logra adquirir una completa confianza en sí mismo y una gran sensación de liberación.

En la primera sesión se logra un contacto con el paciente a través de la música interpretada por el musicoterapeuta para ir observando y anotando las respuestas del niño tanto a nivel musical como de comunicación. Cualquier respuesta debe tener acogida por el musicoterapeuta para desarrollarla y estimularla, logrando así detectar habilidades y capacidades de control del niño, para crear un nexo con determinada música donde el niño obtendrá un camino para mostrar cualquier problema que de otra forma no ha logrado manifestar. Con base en la detección de las habilidades y el tipo de música adecuada para el niño, se trabaja enfocados a lograr diferentes objetivos según cada caso. Puede ser por ejemplo, aumentar la movilidad, mejorar la coordinación, lograr controles físicos o emocionales, vocalización o eliminación de rigidez. Como último paso se trabaja para conseguir un aumento en el nivel de auto organización, toma de conciencia y confianza a través de la comunicación.

## Conclusiones

Es previsible que los nuevos sistemas de salud vayan incluyendo a la musicoterapia como un tratamiento complementario de los actos médicos que algunas veces están demasiado tecnificados e incluso

deshumanizados. A veces se limitan a dar fórmulas para cada síntoma y no se enfocan a manejar integralmente al paciente, para llegar al origen de la enfermedad y su completa resolución.

La musicoterapia utiliza muchas técnicas y actividades para lograr objetivos terapéuticos. Se puede realizar por medios *pasivos*, como sería el escuchar una determinada música para lograr producir determinados cambios fisiológicos o emocionales en el paciente, o por medios *activos* que exigen una participación directa del paciente como puede ser cantar, bailar, tocar un instrumento, componer, verbalizar, entre otras, llegando a abrir canales de comunicación para aflorar procesos internos que encuentren así una ruta de escape.

La música utilizada en musicoterapia es muy variada. Es casi cualquier tipo de música y esto está determinado básicamente por las preferencias y respuestas del paciente. Puede utilizarse cualquier instrumento o elemento que haga sus veces, que permita servir de medio de comunicación entre la parte más interna del paciente o el área que necesitamos explorar y el musicoterapeuta. Algunas veces, según el trastorno del paciente, se puede requerir utilizar únicamente sonidos aislados, no necesariamente una melodía, ya que con esto se puede lograr un efecto dado solamente por la frecuencia y no necesariamente se debe llegar a utilizar ritmo y armonía.

Así pues, la musicoterapia ha demostrado ser efectiva en personas de cualquier edad y sexo, con muy diversos trastornos o problemas, no siendo necesario que el paciente tenga ningún conocimiento o habilidad musical, pero sí indispensable que el musicoterapeuta tenga los conocimientos y la habilidad suficientes para introducir al paciente en el mundo musical a pesar del nivel musical de este último. Esto lo debe lograr por medio de diferentes técnicas y actividades, llegando a despertar un mayor o menor potencial para que el paciente pueda utilizar la música como su canal de comunicación.

En cada paciente el músico terapeuta debe establecer unos objetivos generales y específicos, dependiendo de los objetivos particulares del primero. Debe realizar evaluaciones, ojalá en cada sesión, para hacer un seguimiento, en algunos casos realizar variaciones en el manejo según los resultados y registrarlos en forma cualitativa y cuantitativa. La musicoterapia, cualquiera sea su método, tiene objetivos terapéuticos centrados en las necesidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales del paciente, lo cual la diferencia de otras disciplinas como puede ser la música funcional, que consiste en escuchar música de fondo pero predeterminada para obtener una respuesta determinada; otra de esas disciplinas sería la música de fondo, que consiste en escuchar música durante el ejercicio de otra actividad. Otra, puede ser la educación musical, pero en ésta el objetivo realmente es formar músicos. Finalmente la animación con música en la que solamente se utiliza el aspecto motivador y de integración que tiene la música. 📖



## Bibliografía

- Bartlett, D.L., 1999, *Physiological responses to music and sound stimuli*, San Antonio, Texas, Institute for music research press.
- Benenzon, 1990, *Teoría de la musicoterapia*, Madrid, España, Ed. Mandala

- Betes de Toro, M., 2000, *Fundamentos de Musicoterapia*, Madrid, España, Morata
- Bruscia, K., 1998, *Defining Music Therapy*, Barcelona Publishers
- Dethlefsen, T. y Dahlke, R., 1992, *La enfermedad como camino*, Barcelona, España, Ed. Plaza y Janés.
- Diccionario de la Lengua Española, XXI Edición, 1992, Ed. Espasa Calpe
- Poch, S., 1999, *Compendio de musicoterapia I*, Barcelona, España, Ed. Herder
- Thaut, M.H., 1990, *Neuropsychological processes in music perception and their relevance in music therapy*, Nueva York, Estados Unidos, Ed. R. Unkefer.