

## MÚSICO-TERAPIA

✦Walter Augusto Velasco Cuevas



La música-terapia se ocupa del estudio, del complejo sonido-ser humano; desde el punto de vista terapéutico, la música-terapia es una disciplina paramédica que utiliza el sonido, la música y el movimiento, para producir efectos regresivos y abrir canales de comunicación, con el objetivo de emprender a través de ellos procesos de entrenamiento y recuperación del paciente para la sociedad. La música-terapia es un auxiliar de la medicina que coadyuva con las demás técnicas terapéuticas.

El efecto de la música y el sonido en el ser humano, los vemos plasmados en la historia misma de la humanidad. Un ejemplo de esto lo hallamos en la Biblia cuando un mal espíritu se apoderaba de Saúl, David tocaba el arpa, y Saúl se ponía mejor, y ese espíritu que le atormentaba se apartaba de Él.

Un ejemplo en aspecto científico lo tenemos en el fisiólogo francés Fère de la Salpetriere, que estudio la influencia de la música en la capacidad de trabajo del hombre, valiéndose del ergógrafo de Mosso. Pudo observar el hecho de que, ante todo, son los estímulos rítmicos los que consiguen aumentar el rendimiento corporal. También observó la influencia estimulante que la música ejercía, independientemente del ritmo, y cuya intensidad estaba relacionada con el carácter de los tonos musicales ejecutados; el efecto estimulante, especialmente en aquellos de tono mayor, era superior al producido por las piezas musicales en tono menor.

Se le considera a Platón y Aristóteles como los precursores de la música-terapia, que es el uso dosificado de la música. Ellos le daban a la música un valor médico definido, cuando afirmaban que la gente que sufre de emociones no dominables, después de oír melodías que elevan el alma hasta el éxtasis, retorna a su estado normal, como si hubiera experimentado un tratamiento médico.

Durante toda la historia del hombre, la música y la terapia han estado estrechamente vinculadas, con frecuencia de modo inseparable. Cada cultura ha establecido la naturaleza y el empleo de la música en el tratamiento de diversas enfermedades. A menudo se le ha atribuido a la música poderes terapéuticos, místicos, incluso en las culturas que se preciaban de racionalistas. Los hombres creían que la música curaba las enfermedades ahuyentando los malos espíritus, absolviendo pecados, introduciendo valores éticos y morales en sus vidas, aplacando a los dioses y equilibrando el temperamento humano. Existen dos frentes que lideraron el estudio de la música-terapia, tanto los americanos, como los rusos, con todos sus países aliados.

En particular durante la segunda mitad del siglo anterior, comenzaron a especializarse las técnicas terapéuticas de la medicina. Sin embargo, hasta la segunda guerra mundial, la música continuó utilizándose como un tratamiento general, como un sedante, como algo bueno para el alma, y edificante. Sólo después de este periodo comenzó a emplearse de modo más específico. El musicoterapeuta, exigido por la situación hospitalaria, cuestionado por psiquiatras, examinó con mayor profundidad el uso de la musicoterapia y se esforzó por evaluar los resultados.

Los intentos de brindar ayuda a los veteranos de la segunda guerra mundial, que se hallaban hospitalizados, estimularon el empleo de la música, y de músicos en los hospitales. La mayor parte de esta música era ejecutada por voluntarios. Desde su comienzo formal, la musicoterapia ha pasado por una rápida evolución, en las técnicas terapéuticas de la psiquiatría misma.

El tratamiento activo empezó cuando se dispuso de un número suficiente de personal entrenado que estuvo en condiciones de ayudar al paciente, a satisfacer sus necesidades físicas más elementales, a la vez que las psíquicas; este tipo de terapia lo capacitaba para recobrase y abandonar el hospital.

En poco tiempo el examen de las prácticas y de los logros hizo surgir la necesidad del entrenamiento formal del musicoterapeuta. Así, en 1994, la institución que había adoptado el nombre de Michigan State University crea el primer plan de estudios especialmente a la formación de musicoterapeutas. En 1946 se dictó el primer curso académico de teoría y práctica, en la University of Kansas, luego otras universidades y colegios, establecieron cursos universitarios. En 1950 se fundó la Asociación Nacional de Musicoterapia (NAMT), que hizo posible una mayor unidad y estandarización median-

te la aplicación de sus estatutos, y la labor de varias comisiones de educación.

La musicoterapia, al igual que otras terapias conocidas, ha pasado en los últimos años por tres periodos o etapas. En la primera se concedió gran importancia al efecto que ejerce la música, dejándose de lado la función del terapeuta. La segunda se inclinó a prestar menos atención a la música y cuidar más la relación individual con el paciente. En la tercera se ha adoptado una posición intermedia entre estos dos extremos. El terapeuta utiliza su especialidad para centralizar la relación con el paciente, y actuar del modo más conveniente tanto en la actividad musical, como en la relación misma.

Asimismo, se pueden ver tres aspectos esenciales de la musicoterapia: teoría, práctica e investigación. Esto, tomando en cuenta el fenómeno existente entre el hombre y su música, es decir, el principio de lo que la música significa para el hombre y la influencia de ésta sobre él. Su propósito es precisar, definir y explicar por medio de qué procesos el hombre se halla comprometido con la música, y cuáles son las respuestas del ser humano a sus diversos efectos.

Más que explicar la musicoterapia en términos de una teoría psicológica, se procura demostrar cómo ella puede provocar cambios deseables en la conducta y en la educación social del individuo.

Es importante recalcar tres principios básicos de la musicoterapia:

1. El establecimiento o restablecimiento de las relaciones interpersonales. Esto debido a la necesidad del ser humano a tener relaciones cada vez más estrechas, tomando en cuenta que la música en una forma de comunicación verbal, ya que deriva principalmente de las

emociones tiernas, o positivas, que son las que llevan a los individuos a acercarse.

2. El logro de la autoestima mediante la autorrealización. La necesidad de la autoestima se expresa con frecuencia y deriva de muchas fuentes ya que la autoestima es la confianza y la satisfacción que se hallan en uno mismo, es el respeto y la buena opinión acerca de uno mismo.
3. El empleo del poder singular del ritmo para dotar de energía y organizar constituye el más potente y dinámico elemento de la música. Es el ritmo el que hace mover el engranaje, sin él no existe periodicidad. El ritmo es lo que con mayor facilidad pasa de una cultura a otra.

De este modo, la musicoterapia es un medio que induce a modificar la conducta de manera suave, e insistente, pero dinámica a la vez. Asimismo, lleva a compartir momentos con los demás, a tener una conducta desprovista de temor, a lograr confianza y satisfacción en uno mismo.

Los científicos rusos, liderados por Georgi Lozanov, identifican algunas obras musicales del periodo barroco y clásico que cumplen determinados parámetros de composición, específicos, que favorecen un notable desarrollo de la memoria en el contexto de aprendizaje acelerado. Al mismo tiempo un científico francés, Alfred Tomatis, aporta un revolucionario concepto que amplía el conocimiento de la función fisiológica del oído humano, definiéndolo como un órgano hecho para cargar de energía la mente y el cuerpo, el cual, en virtud de un entrenamiento progresivo, a partir de determinadas frecuencias sonoras presentes en obras musicales específicas, se con-



vierte en un verdadero rector de procesos neurosensoriales y cognitivos del ser humano.

Finalmente el aporte del musicólogo rumano George Balan, brinda un acercamiento activo y clarificador a la música de los grandes maestros, por medio de la confección de sencillos referentes visuales representados mediante movimientos que favorecen una escucha participativa. Estos valiosos antecedentes han favorecido el desarrollo de herramientas concretas, las cuales, a partir del diseño de instrumentos metodológicos específicos, clarifican la audición de obras musicales seleccionadas favoreciendo en el ser humano un desarrollo progresivo de su concentración, aplicado a la potenciación de sus habilidades creativas de aprendizaje. Estas propuestas son las siguientes:

I. Escucha musical interactiva: Coordinación visual-motora, a partir de obras musicales seleccionadas, y referentes visuales objetivos, que el alumno traduce a movimientos gestuales y corporales, ya sean dirigidas, o espontáneas. La escucha musical interactiva es una herramienta metodológica que estimula procesos de integración neurosensoriales por medio del entrenamiento de las habilidades auditivas del alumno, aplicadas al desarrollo de su concentración.

II. Análisis musical creativo: Representación individual y original de una obra musical según criterios predeterminados, y un amplio margen de creación personal, en donde el grupo curso aborda de forma natural, a partir de sus diferencias individuales, variables del pensamiento lógico-operativo, como organización, jerarquización, valoración y sistematización entre otras. A través del diseño de grafía no tradicional, el alumno desarrolla de forma natural la habilidad de clarificar el contenido estructural y melódico de una obra musical y, progresivamente, habilidades de retención y desarrollo de la memoria.

III. Desarrollo de la imaginación creadora: Partiendo de asociaciones entre música e imágenes en el marco de un proceso sistemático, el alumno elabora constantemente su visión particular del mundo sonoro. Desarrolla y entrena progresivamente su imaginación en la interrelación dinámica, música-pintura-expresión corporal.

Debido a esto podemos dar la siguiente definición de musicoterapia:

Es 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, esto debido a que el valor terapéutico de la música no está necesariamente en relación con su calidad, ni con la perfección de las ejecuciones. Su efecto obedece, en primer lugar, a la influencia que ejercen los sonidos sobre el hombre.

La musicoterapia se puede definir encarando sus dos aspectos: el científico y el terapéutico. Desde el punto de vista científico se considera que la musicoterapia es una especialización científica que se ocupa del estudio e investigación del complejo sonido-ser humano, sea el sonido musical, o no, tendente a buscar los elementos, y métodos terapéuticos del mismo.

Las ventajas de la música como lenguaje universal es que ofrece herramientas a los psicólogos, terapeutas y educadores. Esto debido a los alcances ilimitados de la misma. La música produce estímulos sonoros que desencadenan expresiones orgánicas y psicológicas de la dinámica del ser humano, las cuales permiten aumentar el conocimiento de su funcionamiento. Muchas veces este estímulo sonoro puede ser más poderoso que el estímulo visual o táctil.

#### Bibliografía

- ALVIN, Julieta, Música para el niño disminuido, Argentina, Paidós, 1982.  
 BENENZON, Rolando, Manual de musicoterapia, Barcelona, Paidós, 1995.  
 BENENZON, Rolando, Musicoterapia y educación, Barcelona, Paidós, 1971  
 THAYER, Gastón, Tratado de musicoterapia, Argentina, Paidós, 1993.