

# Introducción a la musicoterapia

M. MT. Cristina Quintanilla Cisneros

Primera parte

La musicoterapia es una profesión que ha emergido de varias disciplinas profesionales en distintos países; sin embargo la definición de musicoterapia como profesión y disciplina puede variar dependiendo de la orientación y la perspectiva de un grupo particular de practicantes de diferentes culturas.

Según la *Comisión de Práctica Clínica de la Federación Mundial de Musicoterapia* la musicoterapia es el uso de la música y/o sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía y armonía) realizado por un musicoterapeuta calificado con un paciente o grupo, en un proceso creado para facilitar y promover la comunicación, las relaciones, el aprendizaje, el movimiento, la expresión, la organización y otros objetos terapéuticos relevantes, para así satisfacer las necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas. La musicoterapia tiene como fin desarrollar potenciales y/o restaurar las funciones del individuo de manera tal que éste pueda lograr una mejor integración intra y/o interpersonal y consecuentemente una mejor calidad de vida a través de la prevención, rehabilitación y tratamiento.

Según la *Asociación Británica de Musicoterapia* es el desarrollo de una relación entre el paciente y el terapeuta. Hacer música forma la base para la comunicación en su relación, interpretando un instrumento, cantando y escuchando, sin que el terapeuta le enseñe cómo hacerlo. Es el paciente quién debe crear su propio lenguaje musical.

La *Asociación Americana de Musicoterapia* dice que es una profesión establecida para el cuidado de la salud, que utiliza la música para ubicar las necesidades sociales, cognitivas, emocionales y físicas de los individuos. Mejora la calidad de vida de las personas que padecen enfermedades o incapacidades. Las intervenciones están diseñadas para promover la salud, manejar el estrés, aliviar el dolor, expresar sentimientos, realzar la memoria, mejorar la comunicación y promover la rehabilitación física.

La musicoterapia según el *Dr. Kenneth Bruscia*, líder norteamericano en esta área, es un proceso constructivo en el cual el terapeuta ayuda al paciente a mejorar, mantener o restaurar un estado de bienestar, utilizando como fuerza dinámica de cambio experiencias musicales y las relaciones que se desarrollan a través de ésta. El terapeuta ayuda al paciente a través de la valoración, el tratamiento y la evaluación. Dentro de los aspectos del bienestar del paciente que pueden ser dirigidos por medio de la musicoterapia, se incluyen una gran variedad de problemas o necesidades mentales, físicos, musculares o sociales.

Según el punto de vista del *Dr. Rolando Benenson* (Médico psiquiatra, fundador de la carrera de Musicoterapia en la Facultad de Medicina de la Universidad del Salvador, en Buenos Aires, músico y compositor, cofundador de las Asociaciones de Musicoterapia de países iberoamericanos) la musicoterapia es una psicoterapia que utiliza el sonido, la música, el movimiento y los instrumentos corporo-sonoro-musicales, para elaborar, desarrollar y mantener un vínculo o una relación entre musicoterapeuta y paciente o grupo de pacientes, con el objetivo de mejorar la calidad de vida del paciente, rehabilitarlo y recuperarlo para la sociedad.

### **Diversidad en las aplicaciones**

- En las instituciones: escuelas, hospitales y geriátricos, entre otros.
- Diversidad de patologías en pacientes: enfermedades psíquicas, deficiencia mental, deficiencia sensorial, deficiencia motora, adicciones, geriatría, enfermedades crónicas, etc.
- Diversidad de objetivos: educacionales, de rehabilitación, psicoterapéuticos y preventivos, dirigidos hacia las necesidades físicas, emocionales, intelectuales o espirituales.
- Diversidad en los tratamientos: escucha selectiva, improvisación, actuación, composición, movimiento, vocalización, otras experiencias con el arte, etc.
- Diversidad de orientaciones filosófico-psicológicas.

### **Aplicación general de la musicoterapia**

La musicoterapia se puede aplicar de dos formas, activa y receptivamente, mediante terapias verbales y/o no verbales.

En la musicoterapia activa intervienen acciones como cantar, tocar instrumentos, escuchar música y realizar actividades que impliquen el movimiento. En la receptiva se utilizan técnicas de relajación, imaginación, visualización, imágenes guiadas que permitan estudiar el mundo interior del paciente.

Cuando se emplea una terapia verbal el musicoterapeuta habla con el paciente sobre áreas de su personalidad que él quiera contar. El lenguaje funciona de manera consciente.

A través de una terapia no verbal se incluye el no-lenguaje, el musicoterapeuta le realiza al paciente análisis y evaluaciones teniendo en cuenta expresiones como los gestos y sus reacciones frente a los sonidos.

### **Efectos positivos de la aplicación de la musicoterapia**

Fisiológicamente se producen cambios en el ritmo cardíaco y respiratorio, así como en la tensión muscular; estimula la expresión de los problemas e inquietudes mejorando la comunicación del paciente; favorece el desarrollo emocional y afectivo, agudiza la percepción auditiva y táctil (sensibilidad), estimula la actividad y mejora la coordinación motriz(movimiento), fomenta la interrelación social (sociabilidad), ayuda en la formación, desarrollo personal y superación de discapacidades de aprendizaje (educación), a nivel psicoterapéutico ayuda a resolver problemas psicológicos y a cambiar conductas establecidas; desde el punto de vista médico apoya psicológica y físicamente (puede reducir el dolor) a pacientes médicos que enfrentan situaciones difíciles como la cirugía, enfermedades terminales y cuidados intensivos.

A nivel psiquiátrico mejora la autoestima y la capacidad de comunicación de los enfermos, promueve la sociabilidad, el mantenimiento de la memoria, la actividad física y la orientación en la realidad a las personas mayores; ayuda en los procesos de desintoxicación de drogodependientes (rehabilitación social), incrementa o modifica un comportamiento apropiado y reduce o elimina daños cerebrales.

## La musicoterapia hoy

Estados Unidos es el país en donde más se ha desarrollado la musicoterapia, el que tiene más profesionales y en donde hay una especial labor de investigación y un afán por el asociacionismo. La musicoterapia tiene una consideración social y científica, e incluso el estado llega a financiar programas de rehabilitación.

Sin embargo en varios lugares del mundo se ofrece el estudio de la musicoterapia en algunas de sus universidades como Alemania (desde 1979), Austria (desde 1959), Dinamarca (desde 1989) y en algunos de sus institutos educativos como París (desde 1970), Polonia (desde 1974), Inglaterra (desde 1989). Además en Hungría, Polonia y España se realizan posgrados, cursos, simposios y/o seminarios desde 1986, 1973 y 1977.

Según la Sociedad Argentina de Musicoterapia, fundada en 1966, en Argentina se puede estudiar en la

Universidad de Buenos Aires, la Universidad del Salvador, la Universidad Abierta Interamericana y la Universidad de Maimónides.

La Lic. Laura C. Didolich M., dice que la musicoterapia en latinoamérica se estudia generalmente desde un punto de vista psicológico y psicoanalista, los procedimientos empleados y los resultados obtenidos carecen de objetividad. Una causa de esto son los pocos recursos económicos con los que cuenta un musicoterapeuta en el momento de adquirir instrumental de medición, ya que el profesional después de graduarse debe desempeñar tareas sociales durante 4 años sin goce de sueldo.

### Definición de modelo en la musicoterapia

Un modelo de musicoterapia es un constructo que sostiene la práctica e incluye también a la práctica misma. Se refiere al sistema que reúne los conocimientos

terapéuticos como el concepto de ser humano, metas del tratamiento, teorías específicas, técnicas, dinámica de la sesión y del tratamiento, además de los procedimientos terapéuticos.

Los objetivos comunes a todos los modelos de improvisación musicoterapéuticos son:

- Conocimiento físico, emocional, intelectual y social de sí mismo.
- Conocimiento del entorno físico.
- Conocimiento de otros, incluyendo personas significativas de la familia, compañeros y grupos.
- Atención a sí mismo, a otros y al entorno físico.
- Percepción y discriminación de áreas sensorio motrices.
- Visión de sí mismo, de otros y del entorno.
- Expresión y comunicación interpersonal.
- Integración personal (experiencias sensorio-motrices, niveles de conciencia, partes de uno mismo, conocimiento temporal y roles).
- Relaciones interpersonales con personas significativas, compañeros y grupos.
- Libertad personal e interpersonal.

Las características específicas de un modelo de improvisación se refieren a menudo al propósito y las razones que tiene el terapeuta para utilizar la música y en el modo particular en que él o ella utiliza la improvisación. Dichas características son la utilización clínica, establecimiento de objetivos (pueden ser educacionales, recreativos o terapéuticos), uso del marco global o individual, orientaciones teóricas, cualificaciones del terapeuta, formato de una sesión, medios y roles, procedimientos, técnicas de valoración, técnicas de evaluación, preparación para una sesión, establecimiento de los elementos dinámicos: paciente, terapeuta, instrumentos musicales, música improvisada, otros pacientes, personas significativas, estímulos, objetos y fases de terapia.

### Modelos de musicoterapia aceptados internacionalmente

En el Congreso de Musicoterapia realizado en 1990, en la ciudad de Washington, Estados Unidos, se reconocieron cinco modelos de musicoterapia a saber:

- **Modelo Nordoff-Robins** (NRMT, *Paul Nordoff y Clive Robbins*),
- **Modelo GIM**: la musicoterapia con imágenes guiadas y música (*Helen Bonny*),
- **Modelo Conductista**
- **Modelo Benenzon** (BMT, *5 Rolando Benenzon*)
- **Modelo Analítico** (AMT, *Mary Priestley*).

Con esto se da una introducción concisa y general del fascinante mundo de la musicoterapia. En el siguiente número presentará la segunda parte de este artículo en la que hablaré sobre las características terapéuticas de la música y de las funciones de la musicoterapia y del musicoterapeuta.

### Referencias

- American Music Therapy Association. What is Music Therapy. <http://www.musictherapy.org/>, 2009. Consultado el 20 de septiembre de 2012.
- Asociación Argentina de Musicoterapia. Definición de musicoterapia. [http://www.musicoterapia.org.ar/mterapia\\_definicion.html](http://www.musicoterapia.org.ar/mterapia_definicion.html), 2009. Consultado el 20 de septiembre de 2012.
- Benenzon, Rolando O. 2008. *La nueva musicoterapia*. Grupo Editorial Lumen: Servicio de publicaciones de la Universidad de Castilla-La Mancha, Edición N02, Buenos Aires, 1999. Pág.157.
- British Society for Music Therapy.MT Training. [http://www.bsmt.org/mt\\_training.htm](http://www.bsmt.org/mt_training.htm), 2009. Consultado el 20 de septiembre de 2012.
- Bruscia, Kenneth. 1999. *Modelos de Improvisación en Musicoterapia*. España: Agruparte. Pág.4.
- Bruscia, Kenneth. 2006. *Musicoterapia*. D.F., México: Pax. Pág. 6.
- Didolich Martínez, Laura Cecilia. 2009. *Entrevista*. Buenos Aires, Argentina.
- Fernández S., María V.; García R., Miguel A.; Guzmán N., Ismael; Rico L. Juan G. y Ventura M. Sergio. *Musicoterapia. Bases Pedagógicas de la Educación Especial – 20 Magisterio*. Educación Musical Curso 2004 de la Universidad de Castilla-La Mancha, España. Págs. 8-9.
- Orellana, Sergio Adrián. 2008. *La Inclusión de las TIC en el Tratamiento Musicoterapéutico*. XII Congreso Mundial de Musicoterapia. Buenos Aires: Akadia. Págs. 59-63.
- Palacio, José Ignacio. "El Concepto de Musicoterapia a Través de la Historia". *Revista Electrónica de LEEME (Lista Europea de Música en la Educación)*, No. 13, mayo de 2004. Págs. 12-15.
- Topelberg, Alicia. 2008. *Contextos de la Musicoterapia, un Desafío en la Clínica*. XII Congreso Mundial de Musicoterapia. Buenos Aires: Akadia. Págs. 8-11.
- Wagner, Gabriela. 2008. *Musicoterapias, Psicodinámicas y Neurociencias: un diálogo posible*. XII Congreso Mundial de Musicoterapia. Buenos Aires: Akadia. Págs. 286-292.
- Wigram, Tony; Pedersen, IngeNygaard and Bonde Ole, Lars. 2002. *Comprehensive Guide to Music Therapy: Theory, Clinical Practice, Research and Training*. Aalborg University.