

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
DEPARTAMENTO DE E.P.S.**

**"LA MÚSICA COMO UNA ALTERNATIVA DE EXPRESIÓN Y  
DESARROLLO"**

**HÉCTOR HUGO GIRÓN BARRIENTOS  
CARNET 85-10980**

## **SÍNTESIS DESCRIPTIVA**

El presente trabajo de Ejercicio Profesional Supervisado, fue realizado en el Puesto de Salud de Belén en Mixco, usando la aplicación de la Música como un medio efectivo para la expresión y desarrollo integral, basado en experiencias personales de trabajo musical con niños y adolescentes.

Este trabajo pretendió complementar el programa de trabajo psicosocial comunitario del puesto de Salud, para el año 2001, en materia de SALUD MENTAL; para lo cual la actividad musical se convirtió en una efectiva herramienta para su desarrollo, ya que además de tratar con población infantil, estuvo enfocado en el conocimiento y desarrollo del ADULTO MAYOR.

El programa de "LA MÚSICA COMO UNA ALTERNATIVA DE EXPRESIÓN Y DESARROLLO," fue dirigida a niños en edad escolar, maestros, y grupos de padres de familia de las Escuelas públicas; Gerardo Gordillo, Bertha Herrera de Ruano y El Paraíso; como también aplicado a casos referidos al Puesto de Salud para atención Psicológica, usando técnicas de musicoterapia, en forma grupal, e individual en casos que lo ameritaron.

Dentro del sub-programa de Servicio, se tuvo contemplado la atención a niños de las escuelas antes mencionadas, partiendo desde un autoconocimiento hasta llegar a la comprensión del papel que juega el Adulto Mayor en nuestra sociedad, siendo la música el canal de expresión a explorar.

En el sub-programa de Docencia, se pretendió compartir con los maestros y padres de familia, los beneficios de la expresión por medio de la música como una forma de conocimiento personal para poder interactuar con los de otras generaciones, en este caso adultos, con niños y adultos mayores.

Con respecto al sub-programa de Investigación, se puede hacer alusión a un dicho, que aunque no sea del dominio popular no deja de tener su verdad, "Quien canta vive más feliz"; es decir que en esta parte del proyecto, se buscó de estudiar los cambios que presentaron en su desarrollo personal, quienes participaron en el grupo de terapia musical; niños, adultos y adultos mayores, como también los que fueron atendidos, según lo ameritaron los casos, en forma individual.

## **INTRODUCCIÓN.**

Dentro de las actividades que realiza el ser humano, no cabe duda que "la expresión" no se aparta de ellas, se puede decir que todo lo que el hombre realiza es una forma de expresión, sea esta conciente o inconsciente. Entre las muchas formas se encuentra la musical, la que guiada de cierta forma puede llegar a ser una alternativa terapéutica muy valiosa. Nuestra vida de alguna manera está ligada a la actividad musical, ya sea porque la utilizamos para expresarnos, o escuchamos la expresión musical de otras personas, o porque nos sirve para transportarnos de forma especial; en el tiempo, por ejemplo cuando escuchamos música del recuerdo hay algo que nos mueve por dentro; o nos identifica con nuestro grupo social, o nuestra región etc.; además nos permite conocer aspectos culturales de otros pueblos lejanos en el tiempo y la distancia.

Al conocer en el capítulo I algunas características de la comunidad de Belén, podemos darnos cuenta que aunque por sus datos históricos, esta fue tierra cultivable de la periferia de la ya desaparecida como categoría de aldea, la hoy llamada colonia La Brigada; en la actualidad es una colonia muy poblada, y según sus habitantes más antiguos, manifiestan que el desplazamiento migratorio desordenado ha sido la causa de perder esa tranquilidad y paz antañona de la que disfrutaban. A pesar de lo anterior la comunidad se organiza y solicitando ayuda a instituciones como la Universidad de San Carlos de Guatemala, y al Ministerio de Salud Pública, nace el puesto de salud en 1973, que en la actualidad se detalla su funcionamiento a través de un organigrama, y dentro de varios de sus programas de atención, se encuentran algunas escuelas del área, casa cuna, y una gran cantidad de personas que solicitan sus servicios para diferentes tipos de atención.

Se presenta en el capítulo II, un abordamiento científico teórico metodológico, en el que además de incluir datos de experiencias de autores bibliográficos, se incluyen no solo experiencias realizadas en el centro de salud de Belén, sino también otras realizadas en diversas circunstancias por el autor del presente trabajo; pues es de mucha importancia tener amplia claridad en que el uso de la Música con fines terapéuticos, y no solo como una distracción, es tan antigua como la vida misma, e incluso que el sonido es el responsable de la creación del universo, como lo hace entre ver Juliette Alvin cuando cita la Biblia misma y libros de otros autores, tocando el tema como "El origen cósmico del Sonido".<sup>1</sup> Rolando O. Benenzon menciona en su libro "Manual de Musicoterapia" cuando se refiere a la historia de la misma, que la utilizaban civilizaciones muy antiguas, ya con fines curativos; cuenta además que los Egipcios creyeron que el dios Thot creó el mundo, "no con el pensamiento o la acción sino solamente con su voz";<sup>2</sup> también la Biblia muestra que tan importante era la música, y uno de tantos ejemplos se puede encontrar en el Primer Libro de Samuel, "Si tú, Señor, lo permites, nosotros, tus servidores, buscaremos un hombre que sepa tocar

<sup>1</sup> Alvin, Juliette. "MUSICOTERAPIA" Piados Educator, 2da. Edición pág. 13

<sup>2</sup> *Ibíd.*. cita a J. Combarieu, La Musique et la Magie.

*la cítara para que cuando te atormente el espíritu malo de Dios, toque y te sientas aliviado. Cuando el espíritu de Dios atormentaba a Saúl, David tocaba la cítara y Saúl encontraba calma y bienestar, y el espíritu malo se apartaba de él." (I, Samuel, 16:23).*

Es innegable que al ser humano el sonido lo ha rodeado, desde su concepción hasta su muerte, con su variedad de mensajes, desde el ritmo cardíaco de la madre en el vientre hasta, la música más elaborada que haya escuchado; y actualmente gracias al avance tecnológico, el uso del ultrasonido<sup>3</sup> permite conocer el desarrollo de un feto, y de esta forma, entre otras cosas, poder tratar problemas que pueda presentar en el momento del nacimiento. De manera que el objetivo general que se planteó, fue la alternativa de la Música como un elemento de expresión para contribuir al desarrollo de la comunidad de Belén, insertándolo además en el proyecto del adulto mayor que ya poseía dicho centro.

De igual manera, en los objetivos específicos del subprograma de servicio se incita a liberarse del miedo que la expresión pueda ocasionar, el goce de la música, y usarla como medio de comunicación, con miras también de fomentar los vínculos positivos socialmente que las actividades grupales proporcionan. Dentro de los objetivos específicos del subprograma de docencia, se fomenta el autoconocimiento, el vínculo de convivencia social, y los alcances de la expresión musical, entre generaciones, comunidad educativa, médicos practicantes y cualquier persona interesada. En los objetivos específicos del subprograma de investigación, se estudian los efectos y reacciones que la población atendida presenta, midiéndose su autoconocimiento, y el de su entorno luego de los estímulos sonoro-musicales; creando además las conexiones necesarias para darle una continuidad al presente proyecto en el centro de salud de Belén. Para llevar a cabo el alcance de estos objetivos, se aplicó una metodología de abordamiento, consistente en diferentes actividades dirigidas a la población educativa, desde charlas y dinámicas, hasta la realización de un festival artístico en cada escuela; y con los adultos mayores desde brindarles la ayuda para expresarse hasta su participación en el festival de clausura, en el cual hubo una activa presencia artística de parte de toda la población atendida.

Dentro de la presentación de actividades y resultados, contemplados en el capítulo III; se aplican aspectos básicos sobre los diferentes modos de expresarnos y en especial el musical, pues cuando nuestro modo de expresión se hace cada vez más consciente, permite conocernos de mejor manera, sobre todo poder controlar nuestras emociones, manejar de buena forma nuestras cualidades y así controlar más los defectos que impiden nuestro desarrollo integral. Partiendo de la hipótesis de que "entre mejor te conozcas y comprendas a ti mismo, mejor conocerás y comprenderás a los demás", se presentan aquí una variedad de reacciones ante las actividades, de las cuales

---

<sup>3</sup> Sonidos producidos por más de 20 mil vibraciones por segundo, que escapan a la capacidad sensitiva del oído humano, y solo son percibidos por animales muy pequeños.

se pueden tomar de base para analizar el alcance del presente proyecto, como también se describe en el capítulo IV, sobre el análisis y discusión de resultados.

Debido a que la Musicoterapia en Guatemala no está muy desarrollada, y solamente muy pocos profesionales se han dedicado a ella, es un tanto difícil poder avanzar en su estudio, pues no se cuenta con centro de capacitación alguno, en el cual se pueda profundizar en el tema, tanto en su parte científica como en la formación de profesionales de la musicoterapia; por tal razón me motivó con este trabajo, poder aportar estas experiencias que se tuvieron en la comunidad y escuelas que atiende el Puesto de Salud de Belén, con su programa de Salud Mental; planteando en las conclusiones y recomendaciones en el último capítulo las ideas para una continuidad partiendo de los avances y tropiezos encontrados en el camino.

En fin, la actividad musical es un mundo lleno de sorpresas desde diferentes puntos de vista; y este trabajo sobre "La Música como una alternativa de expresión y desarrollo", se integró para aportar su magia en el programa de Salud Mental, enfocado en el Adulto Mayor, del Puesto de Salud de la Colonia Belén en Mixco.

## **CAPITULO I**

### ***DESCRIPCIÓN DE LA COMUNIDAD:***

La Colonia de Belén se encuentra ubicada al noroeste de la ciudad capital, con fácil acceso por la Calzada Roosevelt y Calzada San Juan; perteneciente a la municipalidad de Mixco, y rodeada por otras colonias como La Brigada, Paraíso I y II, San Ignacio y Pablo VI. Cuenta con calles asfaltadas y pavimentadas en un alto porcentaje; la parroquia "Nuestra Señora de Belén", una radio católica "La voz de María", en las colonias aledañas tiene la cercanía de la parroquia de San José en La Brigada, congregaciones religiosas con centros de proyección social; una iglesia no católica llamada "El Calvario" y otra llamada "Belén", y un Puesto de Salud. Posee además la Calzada La Brigada que une a las calzadas Roosevelt y San Juan, y que además sirve de línea divisoria entre las colonias Belén y Brigada. Dentro del transporte público con el que cuenta la colonia se encuentran las siguientes rutas: 40 P, 40 R, 13, 12 y 11.

Hasta 1994, la colonia Belén contaba con una población de 7,278 hombres y 7,639 mujeres, para un total de 14,917 habitantes, distribuidos en las siguientes edades: de 0 a 6 años 2,878; de 7 a 14 años 2,528; de 15 a 64 años 9,027; y de 65 en adelante 484; de los cuales 1,643 no poseen escolaridad alguna, mientras que en pre-primaria son 196, primaria 6,724; media 3,170 y superior 306. De la población económicamente activa hay 3,795 hombres y 1,670 mujeres. La colonia cuenta con una población indígena de 3,757 y no indígena de 10,783. La población alfabetizada es de 8,567 y analfabeta es de 1,254. En el aspecto de vivienda, en casa formal 1,876; apartamento 48; palomar 1,129; construcción improvisada 54; y de otro tipo 10. En instalación de agua 2,078; drenaje 1,849; electricidad 2,905; y con un total de hogares de 3,265.<sup>4</sup>

### ***DATOS HISTÓRICOS.***

Lo que actualmente se denomina colonia Belén fueron suelos agrícolas y sembradillos de milpa, pertenecientes a los límites de la aldea La Brigada, hoy también devenida en colonia, éstas tierras pasan a privatizarse en 1877 durante la ley de redención de censos; es así como esta área de propiedad colectiva pasa a manos de campesinos oriundos de Mixco, San Juan y San Pedro Sacatepéquez.

En 1952 se marca el inicio de la colonia como tal y en 1956 se empieza a poblar, y estos pocos habitantes se iban estableciendo sin orden en el área disponible. Para 1960 Belén es considerada como asentamiento con viviendas de tipo suburbio para clases de escasos recursos. En 1974 fue inaugurada el agua potable, y de esa forma poco a poco fue surgiendo como colonia.<sup>5</sup>

---

<sup>4</sup> Datos obtenidos del censo del '94, proporcionados por INE.

<sup>5</sup> Tomado de un proyecto de Clínica Familiar Belén; varios autores, Guatemala 1997. Obra citada; Bastos Santiago-Camus, Manuela (FLACSO) Guate, 1991.

De las primeras tres familias que se establecieron en los inicios de la colonia Belén, se encuentra "doña Alina,"<sup>6</sup> quien cuenta sus anécdotas sobre el desarrollo de la comunidad. Cuenta que antes, cerca de los años 60 o aun más atrás tenían que salir a la calzada San Juan para poder comprar sus artículos de primera necesidad, porque allí no había ni siquiera agua, porque la tenían que sacar del pozo, que estaba en posesión de los indígenas, a quienes debían rogar para que les vendieran un bote de agua. Para lavar se ponían de acuerdo las familias, que eran tres; doña Blanca de Azurdía y doña Catalina de Archila, para ir juntas al río a lavar. Los terrenos donde actualmente viven, manifiesta doña Alina que le fueron comprados a don Francisco Solís, quien vivía con su familia en Mixco; Pero como no querían medir usando el metro, si no que con pasos, los compradores se opusieron, y luego lo hicieron con "un mecate"; Tiempo después que se tuvo que hacer una construcción formal se debió rectificar la medida con metro. En el tiempo del presidente Idígoras Fuentes se empezó a trabajar en la construcción de un pequeño puente para facilitar el paso vehicular por el lado de la Calzada Roosevelt, y llegaba una camioneta cerca, aunque se pidió de prolongar la ruta, solo se logró que pasara por la novena calle y doblara por la séptima avenida. Lo que actualmente constituye la Calzada La Brigada, era un camino usado por los indígenas de Mixco, el cual era transitado a caballo y conducía hacia San Juan, San Pedro y Lo De Bran; y cuando era la fiesta de La Asunción en Lo De Bran, pasaban los pobladores Mixqueños muy bien vestidos, a pesar de que en el camino había mucho lodo, y más de alguno se caía.

A pesar de que en la colonia se encuentran dos tipos de direcciones, una proporcionada por la ciudad capital, como zona 19, cuando esta ya tenía asignada la zona 7 por Mixco, la colonia siempre a pertenecido a esta última, pues le ha brindado el servicio de agua, luz, y los pobladores la reconocen como perteneciente a Mixco. Para lograr los servicios básicos de la colonia, desde un inicio se han formado comités, los cuales entre su historia han sufrido desprecio y engaño de algunas autoridades, como la de un alcalde de nombre Guillermo Gómez, que por no atenderlos los dejaba plantados en el edificio municipal y escapaba por otra puerta; otro de los casos era que el agua la sectorizaron pero a los vecinos no les llegaba el vital líquido pero si el recibo del cobro, esta situación duró alrededor de tres años. Para el servicio eléctrico, también se organizó el comité con la empresa eléctrica, y con los indígenas que habitaban lo que hoy constituye la Colonia La Brigada, no lograban ponerse de acuerdo, pues ellos manifestaban bajo amenazas que no necesitaban del servicio; lo cual al no colaborar ellos le aumentaba la cuota a las familias interesadas; con el servicio eléctrico se vio un cambio en la colonia, pues aparecieron los molinos, las tiendas etc. todo esto sucedió cerca del año de 1963.

Pasado el terremoto de 1976, que aunque no causó muchos muertos en la colonia, si destruyó varias viviendas, la mayor destrucción del sector la sufrió la

---

<sup>6</sup> Doña Adelina Girón Moreira, pertenece a una de las tres familias que habitaron la Colonia, y que ha participado activamente en el desarrollo de la comunidad a través del comité de vecinos.

colonia La Brigada; Posteriormente se inició una campaña que le llamaron "Del Centavo", siendo doña Hortensia de Armas la presidenta del comité, con el fin de recaudar fondos para la compra de un terreno que sirviera para una escuela, el cual se logró para pagar la mitad y la otra mitad lo dio la municipalidad de Mixco; luego con la visita del entonces ministro de educación Gordillo Barrios, quien al ver la extensión dijo que no era suficiente para una escuela, se logró que la municipalidad donara otro terreno más grande, que lo había recogido por embargo en el cual se encuentra actualmente la escuela primaria "Gordillo Barrios", y en el lugar primero donde se pensaba construir quedó para la realización de un centro de Salud, al cual asignaron a una enfermera, pero por solicitud del comité a la USAC, se envió al médico practicante Arturo Abril, quien estuvo por término de dos años y después de graduarse siguió prestando sus servicios a la comunidad otro tiempo más; en 1985 llega al puesto de Salud el Dr. Julio Roberto Luarda Gil<sup>7</sup> quien estuvo por dos años, luego regresó en 1989 siendo hasta la fecha el director de dicho centro, implantando el programa de medicina familiar.

Los trabajos de pavimentación fueron producto de las gestiones de una alcaldesa y el siguiente alcalde, aunque doña Alina en su relato no especifica nombre ni período de administración municipal, en un tramo de la entrada a la colonia; luego en el período del ing. Víctor Manuel Ruano Herrera<sup>8</sup> como alcalde, se realizó el trayecto del entronque hacia la calzada San Juan. Posteriormente el Dr. Julio R. Luarda G. contactó con PRODERE.<sup>9</sup> que en conjunto con los vecinos se amplió el centro de Salud. Luego de la pavimentación de la calle principal y la intervención de esta institución, los vecinos de sectores cercanos se organizaron para la pavimentación de sus calles, quienes aportando sus cuotas y la ayuda de instituciones, lo lograron, en algunas calles asfalto, en otras pavimento.

Como resultado del conflicto armado en Guatemala, y el fenómeno migratorio de los departamentos hacia la capital, la colonia comenzó a poblarse con gente que trabaja en las maquilas que hay, sobre todo en la colonia La Brigada; luego que Liztex, una fábrica de textiles, se mudara y arrendara sus bodegas a dichas empresas, y bajo la política laboral de solo darle trabajo a inmigrantes y desplazados, y como parte también de un programa de atención de PRODERE. La colonia adquiere otra fisonomía, ya no se conocen entre los vecinos, y la seguridad también ya no es la misma que en los primeros años; y este cambio se observó de 1980, a la fecha. Esto también ha generado que los comités tengan dificultades para trabajar porque la gente actualmente ya no quiere involucrarse en el desarrollo de su comunidad.

<sup>7</sup> Actualmente es el Docente Director del Centro de Salud, quién ha trabajado en pro del desarrollo de la colonia Belén y aledaños, proporcionando además todo el apoyo para el desarrollo del presente proyecto. También es coautor de la obra citada como: "La Salud Mental en Guatemala, Ideas y Reflexiones"; presentando su trabajo en el Encuentro Nacional de Salud Mental, efectuado el 26 de octubre de 1991; en la Ciudad de Guatemala.

<sup>8</sup> Alcalde de Mixco durante el período '91-'96.

<sup>9</sup> Programa de Desarrollo del Emigrante y Refugiado.

### **DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN REQUIRIENTE.**

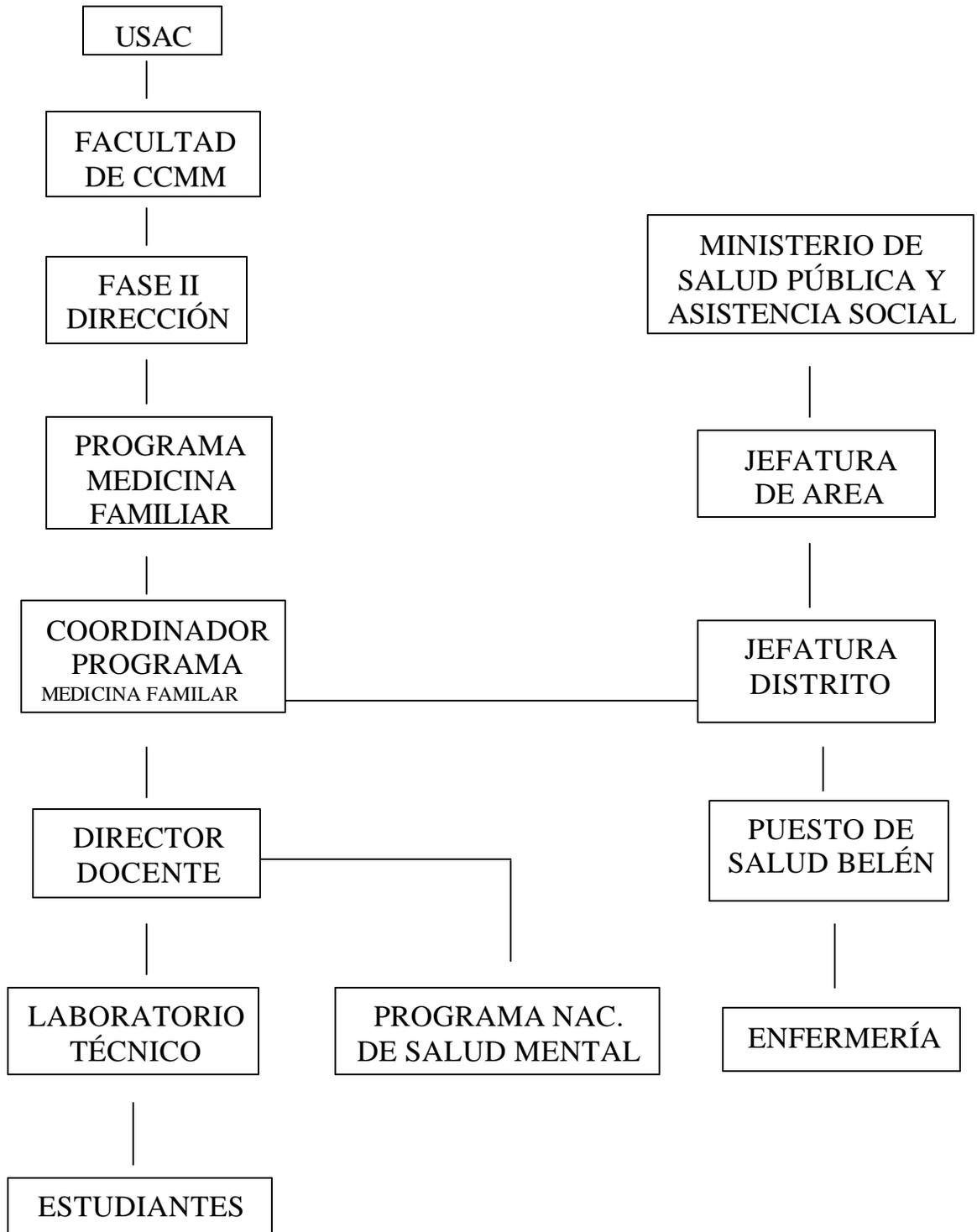
El puesto de Salud de Belén es producto de un convenio tripartito entre la Universidad de San Carlos, a través del Programa de Medicina Familiar; el Ministerio de Salud Pública y la Comunidad; fue creado como tal en 1973, ocupando un terreno comprado por los vecinos para construir una escuela, inicia funcionando con la atención de pacientes por parte de una enfermera auxiliar del Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social. En 1986, la Universidad de San Carlos de Guatemala, por medio del Programa de Medicina Familiar de la Fase II de la Facultad de Ciencias Médicas, establece un convenio con el Centro de Salud de Mixco para atender a la población del área, asignando para este fin a un docente de 4 horas y 10 estudiantes del cuarto año de la Carrera de Médico y Cirujano.

Actualmente cuenta con los siguientes servicios: Consulta externa, emergencia, laboratorio, vacunación, visitas domiciliarias, y un programa de Salud Mental enfocado sobre la atención al adulto mayor. Sus instalaciones están distribuidas de la siguiente manera: una sala de espera, un área de administración, un cuarto para documentar fichas clínicas, un salón de enfermería, un laboratorio, un área de lavandería, seis clínicas para atención a pacientes, una clínica para exámenes ginecológicos, un área de emergencia, un salón de conferencias, una oficina administrativa para el director docente, un cuarto usado como farmacia, y tres baños.

Desde 1997 en que se tuvo contacto con personalidades relacionadas con la Salud Mental, plantearon el desarrollo del componente psicosocial en la Atención Primaria; y el lugar que se consideró adecuado para el inicio de este proyecto, fue el Puesto de Salud de Belén, en donde ya existía un gran número de personas refugiadas, desplazadas y repatriadas de la guerra interna (según informe de la FLACSO), además de contar con una estructura bien establecida, organizada a la comunidad y la presencia de la Universidad de San Carlos de Guatemala. El Puesto de Salud de Belén se desarrolló, de acuerdo con las autoridades del Ministerio de Salud Pública, como una unidad piloto, demostrativa y docente para el Programa Nacional de Salud Mental.

Respecto a la mecánica de trabajo que se ha venido desarrollando, el puesto de salud partió de un diagnóstico de la situación psicosocial de área, y para esto contó con la colaboración de los vecinos, maestros y voluntarios. La mayoría de los problemas identificados fueron: desintegración familiar, violencia, agresividad, timidez, deserción escolar, problemas de aprendizaje, madres solteras, alcoholismo, drogadicción y pandillas juveniles; también se reconoció que los niños y sus familias eran los más afectados desde el punto de vista psicosocial, implementando además los problemas y leyes que protegen al adulto mayor.

### ORGANIGRAMA



### **DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIADA.**

Este trabajo fue dirigido a la comunidad de Belén, y colonias aledañas, específicamente a los estudiantes de 4to. 5to. y 6to. del nivel primario de las escuelas: "GERARDO GORDILLO BARRIOS," "EL PARAISO I," y "BERTHA DE RUANO". Además el grupo de terapia, en el cual fueron referidas personas con diferentes problemas, entre ellos, niños y adolescentes con problemas disciplinarios, de aprendizaje, inadaptación, enfermos con VIH, personas que han sufrido violencia intra familiar, entre otras. También en la atención de casos individuales de psicoterapia; siendo referidos por las escuelas o por el Puesto de Salud.

Dentro de la población que se atendió, destacó un alto porcentaje de ladinos e indígenas procedentes del interior del país que, han emigrado por diferentes razones, siendo unas de ellas el conflicto armado, y la búsqueda de una mejor situación económica; estas dos razones han repercutido en el desarrollo urbano en forma un tanto desordenada, generando internamente varios problemas sociales, derivados de la desintegración familiar, la violencia intra-familiar y también fuera de la misma; observándose en los niños un alto grado de agresividad, timidez, deserción escolar, problemas de aprendizaje; y en los jóvenes y adultos, gran cantidad de madres solteras, alcoholismo, drogadicción y formación de pandillas juveniles.

### **PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.**

La comunidad de la Colonia Belén y colonias aledañas, que han crecido poblacionalmente como consecuencia de la inmigración y gran demanda de vivienda, generan situaciones de estrés que se refleja en manifestaciones diversas, desde la indiferencia o pasividad, hasta la agresividad y la violencia en varias formas; no encontrando los medios para la canalización y control para un mejor manejo social, y por ende un mejor desarrollo personal, se opta por expresarse por medio de la agresividad y la violencia, convirtiéndose en un círculo vicioso, puesto que conlleva a más violencia, y otros problemas en el ámbito escolar, como el bajo rendimiento y la deserción.

Siendo que la comunicación es un factor muy importante para el desarrollo humano, se ha llegado a pensar de alguna forma, aunque no necesariamente admitida, que el único canal es el lenguaje articulado, es decir la palabra, ya sea hablada o escrita, sin embargo existe muchas otras formas de comunicación, aduciendo que esta es una forma de transmitir a los demás nuestro mundo interno. Sin embargo cuando se habla de Música o El Sonido como canal de expresión, luego se piensa que no es una forma accesible para todo ser humano, o que se requiere de ciertos dotes naturales, etc. Dado que en Guatemala, esta alternativa de expresión aún no ha sido muy explorada, se pretende con este proyecto, utilizarla como alternativa terapéutica no solo en forma grupal sino también individual, aplicándola al programa de Salud Mental que desarrolla el Puesto de Salud de Belén, sobre todo, en su proyecto sobre el adulto mayor, y demostrar de esta manera que la Música como alternativa terapéutica, puede ser aplicable a todo nivel de edades y sociedades.

## CAPÍTULO II

### **ABORDAMIENTO CIENTÍFICO TEÓRICO METODOLÓGICO.**

En un país como el nuestro, se suele escuchar que algunos artistas, sobre todo en lo referente a música, tienen que irse a otro país que tenga mejor trayectoria cultural y artística para que puedan triunfar en su carrera; de la misma manera se suele observar que cuando nos visita un artista extranjero de antemano goza de gran credibilidad en su calidad, aunque esta no concuerde con la realidad del asunto, de este modo nos hacemos a la idea de que "como es de afuera es bueno". Todo esto nos puede llevar a pensar que las personas que se expresan de forma musical, son porque tienen algo muy especial, o porque ya nacieron así, porque ya lo traen, etc. son infinitas las justificaciones, que no hacen otra cosa que alejarnos de la idea de que todos los seres humanos podemos disfrutar del goce de la música, y que el sonido es parte de nuestra naturaleza, y en consecuencia nos priva de los beneficios de la música.

Si por alguna vez nos pasa por la mente introducirnos dentro del mundo del sonido, y en especial de la música, empieza a desfilarse, como amenazas ante nuestro Yo, una gran cantidad de prejuicios, y nuestro Súper Yo, comienza a cuestionar en nuestro aspecto personal con afirmaciones como: "Pero si cantas muy mal, nunca vas a aprender", "eso es solo para los que saben", "no pierdas el tiempo hay otras cosas más importantes que eso", también nos confronta con el aspecto social, "se van a reír de tí cuando te oigan cantar o ejecutar algún instrumento"; toda esta serie de objeciones no nos permite tener confianza en nosotros mismos, y sobre todo refuerza la falsa idea de que en el arte musical, solamente satisface el gusto de quien escucha, cuando en realidad en primer plano está el goce de quien crea o ejecuta la música al expresarse por medio de ella, y esa satisfacción que le produce, la proyecta a quien escucha.

No podemos apartarnos del hecho que el sonido como estímulo, es un factor importante en el desarrollo del ser humano, por lo que Rolando O. Benenzon considera dos posibilidades de definir la musicoterapia; Una encarando su aspecto científico, "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 diagnósticos y los métodos terapéuticos del mismo"; y en la otra el aspecto terapéutico, "la musicoterapia 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 el proceso de entrenamiento y recuperación del paciente para la sociedad".<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> Benenzon Rolando O. "MANUAL DE MUSICOTERAPIA" Piados Educator, 2da. Edición. Pág. 13

La música es considerada como una energía, así lo sostiene Violeta de Gainza,<sup>11</sup> pedagoga musical, "por eso, mueve vigoriza, sacude, conmueve. Produce acción concreta e integral, que puede o no ser registrada en el ámbito consciente por la persona involucrada en la experiencia musical", asegura también que cada persona tiene su propia música, como una especie de identidad sonoro-musical, "Para algunos individuos, la música es algo tan esencial y profunda que se confunde con su yo; Sienten que la música los enriquece, los alimenta, los calma y les confiere plenitud. Desde la música; su personalidad se expande y desarrolla; pueden crecer y comunicarse mejor consigo mismos y con el mundo que los rodea."

Realizar un estudio sobre el papel de la música dentro del desarrollo socio-cultural de nuestro pueblo, requerirá una profunda investigación, sin embargo no se puede ocultar el beneficio que ha brindado a la humanidad para que llegue al nivel de desarrollo en el que actualmente se encuentra, y en este aspecto tiene mucha importancia la labor de los maestros del arte, en especial el musical, ya que como lo menciona Rudolf Schoch,<sup>12</sup> cuando se refiere a que como debe enfocar el maestro de música su enseñanza, "En primer lugar, no se trata de dedicarse a la música, sino de Vivirla." Y con Vivir la Música nos hace más accesible a ese placer especial, librándonos de todos los prejuicios que nos impiden disfrutarla, y por ende fortalecer nuestra personalidad.

### ***BIOLOGÍA DEL SONIDO.***

El ser humano fisiológicamente se comunica con el mundo exterior por medio de los sentidos, los cuales son los receptores de toda la información que llega por medio de estímulos, y los elementos que los producen son muy variados, como también lo son estos mismos; me referiré solamente al sonido. Un cuerpo sonoro es todo aquel elemento con capacidad de producir vibraciones que generan ondas sonoras; estos elementos productores de estímulos sonoros, pueden ser la naturaleza, el cuerpo humano, un instrumento musical, un aparato electrónico, o algún otro; Los estímulos que estos envían según sus características, pueden ser: Sonidos, ya sean rítmicos, melódicos, armónicos o electrónicos, cuando son producidos por ondas sonoras regulares; y dentro de estos también se encuentran las palabras. Otros pueden ser Ruidos, sobre todo cuando las ondas que lo producen son irregulares. El silencio resulta ser un estímulo muy importante para la música, y aunque es la ausencia de estímulo resulta ser necesario para la música, y más aun para la parte terapéutica (esto será retomado en la parte psicológica del sonido). Nuestro cuerpo produce estímulos de percepción interna, como latidos cardíacos, ruidos intestinales, roces articulares, movimientos musculares, pulso, procesos enzimáticos; que no necesariamente son percibidos de manera consciente. Los ultrasonidos y los

<sup>11</sup> Benenson Rolando O. "LA NUEVA MUSICOTERAPIA" Lumen. Colaboradoras, Violeta de Gainza y Gabriela Wagner. Pág. 153. Trabajo presentado en el "Encuentro Nacional de Ecología Acústica" (ENEAC), Bariloche, Argentina, Nov. 1994.

<sup>12</sup> Schoch, Rudolf. "EDUCACIÓN MUSICAL EN LA ESCUELA" Edit. Kapeluz. Pág. 1

infrasonidos,<sup>13</sup> no son percibidos de manera concientes por encontrarse fuera de los límites de audibilidad humana.

Estos estímulos son recibidos por los sistemas de percepción, auditiva, táctil,<sup>14</sup> visual, y el de percepción interna; activando el Sistema Nervioso, con el cerebro (sistema cortical), tálamo (sistema subcortical), bulbo y médula, intercambiando con otros sistemas como la hipófisis (sistema endócrino) y el sistema vago simpático o sistema autónomo. Luego de ser procesados emiten una respuesta, bien sea motriz, sensitiva, orgánica, conductual, comunicación manifestada por grito, llanto, canto, voz, música, gestos, etc. Siendo la música compuesta por sonidos organizados, Juliette Alvin<sup>15</sup> sostiene que aunque la experiencia es auditiva, esta ayuda a desarrollar también la percepción visual, táctil, y hasta el control motor; manifiesta también que por la organización del estímulo musical, ayuda a organizar la percepción auditiva, y el lenguaje es considerado como uno de los logros más grandes del hombre, pues por ese medio los sonidos toman símbolos que adquieren un significado aceptado.

En el área del sistema cortical, se encuentran las manifestaciones sensitivas que son concientes, y en el sistema sub-cortical, las que son inconscientes; Rolando O. Benenzon, hace una comparación entre el hombre y los animales en cuanto al proceso de percepción sonora; "Por eso el ritmo y quizá la melodía son atributos del hombre y de los animales, puesto que ambos se desarrollan a nivel sub-cortical, pero la armonía, que ya es un producto intelectual, solo se puede realizar en el ámbito cortical y es atributo exclusivo del hombre; es allí, en el pasaje del tálamo a la corteza, donde los elementos musicales y sonoros pueden sufrir inhibiciones y desplazamientos que aún desconocemos".<sup>16</sup>

Benenzon al igual que Alvin relacionan la música con el lenguaje; y el primero agrega que en el lóbulo temporal se encuentran muy cerca los centros del lenguaje y de la música, encontrando que, enfermedades del área de Wernike y de Broca, están relacionadas con disfunciones de la actividad musical. En cuanto a la respuesta musical, se han realizado múltiples experimentos, desde plantas hasta personas; un granjero de Illinois EEUU, luego de exponer a estímulo musical una semilla en un invernadero, comprobó que la planta dio mejor grano, y el coeficiente de fertilidad de la tierra también mejoró, en comparación con el otro invernadero que tenía las mismas condiciones, excepto el estímulo musical. En otro experimento se ha observado que a las vacas que las tienen cerca de un aeropuerto, disminuye considerablemente su producción Láctea a consecuencia del ruido. M. Getry y Héctor Berlioz hicieron observaciones sobre la acción de la música sobre el pulso y la circulación.<sup>17</sup>

<sup>13</sup> Al igual que los ultrasonidos, los infrasonidos son aquellos que también escapan a la capacidad de sensibilidad auditiva del ser humano, a diferencia de que estos son sonidos producidos por muy baja frecuencia, a menos de 16 vibraciones por segundo, y que solo son percibidos por animales muy grandes.

<sup>14</sup> Benenzon, "MANUAL DE MUSICOTERAPIA" Op. Cit. Pág. 17 fig. 1. Esquemas sobre sistemas de percepción.

<sup>15</sup> Alvin, Juliette. "MÚSICA PARA EL NIÑO DISMINUIDO" Ricordi. Pág. 60-62.

<sup>16</sup> Benenzon, *Ibíd.*. Pág. 28

<sup>17</sup> *Ibíd.* Pág. 30

Innumerables son los experimentos realizados con el sonido como tal y organizado como música, que también puede ser aplicable en reducción de niveles de estrés, que es algo que afecta considerable a las sociedades modernas, y en varias ocasiones se manifiesta con algún tipo de reacciones violentas o agresivas. El doctor Mitchell L. Gaynor,<sup>18</sup> en su libro "Sonidos que curan", en donde relata como después de su encuentro con un monje, quien le proporciona unos cuencos tibetanos,<sup>19</sup> en cuyos sonidos encuentra efectos sorprendentes, los empieza a utilizar en el tratamiento de sus pacientes con cáncer, y de aquí en adelante cambia totalmente su modo de tratar esta mortal enfermedad, y toma para si este modo "...sanador tradicional de una cultura lejana" como él le llama, afirmando que: *"En la nuestra, estamos tan orientados hacia los estímulos visuales que a menudo olvidamos dar crédito a los auditivos."*<sup>20</sup> Lo sorprendente en todo este trabajo del Dr. Gaynor, es como logra hacer que sus pacientes recuperen el lado positivo de ver la vida, mejorar su peso, volverse más activos y optimistas; él mismo relata en su libro lo que experimentó en la primera ocasión en que se expuso a este sonido penetrante: *"Desapareció el clamor de las calles de Nueva York, tan audible al otro lado de mi ventana, mientras los tonos que surgían del cuenco fueron llenando de magia el espacio que nos rodeaba. El sonido-una nota profunda y rica con un fuerte vibrato que no se parecía a nada que hubiese oído antes- era tan emocionante que los ojos se me llenaron de lágrimas de alegría. Pude sentir que la vibración resonaba físicamente en mi cuerpo, tocando mi centro vital de un modo que me hizo sentirme en armonía con el universo."*<sup>21</sup> El trabajo sobre el sonido como herramienta de curación, es bastante amplio, el Dr. Gaynor, en su estudio luego de descubrir el sonido producido por los cuencos, también emplea música de períodos antiguos, como también la voz humana.

Cuando nos encontramos en situaciones en las que tenemos el control en nuestras manos, no nos produce alteración alguna, el problema es cuando ese control se nos va de nuestras manos, o cuando lo que está sucediendo atenta contra nuestra tranquilidad; y nuestras reacciones producto de la correspondiente ansiedad se encaminan a recuperar el control de alguna manera, -reacciones violentas, o agresivas- o simplemente buscamos un mecanismo de defensa para no enfrentar la situación amenazante. Un profesor de Música, Arthur Harvey, quien escribió un artículo titulado; "Music in Attitudinal Medicine",<sup>22</sup> cuenta que en una ocasión visitó a una mujer mayor que se encontraba hospitalizada y esperaba ansiosamente un examen médico muy delicado, y con la intención de calmar su nervios, le presto su walkman con música barroca, y al observar sus reacciones las describe de esta forma: *"En*

<sup>18</sup> Director del departamento de Medicina Oncológica e integrativa del Centro Strang-Cornell para la prevención del cáncer, en Nueva York.

<sup>19</sup> Es un instrumento usado para la meditación en los monasterios del Tibet, consistente en una especie de olla metálica la cual se hace frotar con un objeto del mismo metal, como una gruesa baqueta, por todo el borde cilíndrico, produciendo un sonido profundo que poco a poco se propaga por el ambiente, y tiene efectos especiales ante la percepción humana. También son construidos de otros materiales como el cuarzo y en variedad de tamaños.

<sup>20</sup> Gaynor, Mitchell L. "SONIDOS QUE CURAN" Urano, Pág. 47

<sup>21</sup> *Ibíd.* Pág. 16

<sup>22</sup> Citado por Gaynor, *Ibíd.* Pág. 127

*pocos minutos su respiración se calmó, le volvió el color a la cara, y su actitud pasó del pánico y temor a la tranquilidad."*

En una de las actividades realizadas con los niños del grupo de musicoterapia del Centro de Salud de Belén,<sup>23</sup> el cual consistía en dibujar mientras se escuchaba música, primero barroca, luego clásica, manifestaron al inicio cierta inquietud, sobre todo porque cada uno quería poseer la mayor cantidad de crayones, y surgían varias disputas, sin embargo se hizo caso omiso de mi parte en cuanto a lo que estaba ocurriendo, observando que reacción tenían con el solo estímulo musical; ambiente que paulatinamente fue cambiando conforme avanzaba la música, hasta que los niños pudieron trabajar sus dibujos de una forma más armónica, sintiéndose un clima de compañerismo, experimentando más tranquilidad, al extremo que no deseaban finalizar la actividad.

Son muchas las conclusiones a la que se pueden llegar con los experimentos realizados hasta la fecha, Benenzon, realiza una serie de afirmaciones en donde se puede apreciar los efectos biológicos del sonido, y las respuestas del organismo ante estos estímulos.<sup>24</sup>

- Según el ritmo, incrementa o disminuye la energía muscular.
- Acelera la respiración o altera su regularidad.
- Produce efecto marcado, pero variable, en el pulso, la presión sanguínea y la función endocrina.
- Disminuye el impacto de los estímulos sensoriales de diferentes modos.
- Tiende a reducir o demorar la fatiga y, consecuentemente, incrementa el endurecimiento muscular.
- Aumenta la actividad voluntaria, como escribir a máquina, e incrementa la extensión de los reflejos musculares empleados en escribir, dibujar, etc.
- Es capaz de provocar cambios en los trazados eléctricos del organismo.
- Es capaz de provocar cambios en el metabolismo y en la biosíntesis de variados procesos enzimáticos.

### **PSICOLOGÍA DEL SONIDO.**

Cuando escuchamos música, cualquiera que sea su género, podemos tener tres alternativas de respuesta; me gusta, no me gusta, o me es indiferente; aunque cada respuesta tenga sus subdivisiones, sin embargo difícilmente podremos identificar que pasa en nosotros ante el estímulo musical; porqué me gusta, porqué no me gusta, o porqué manifiesto indiferencia; las razones pueden ser muchas, si algo me gusta puede ser porque me proporciona cierto placer; me recuerda mi tierra, me recuerda a una persona, en fin me puede traer al recuerdo experiencias agradables; y con las que no me gustan puede que me hagan recordar experiencias desagradables, y las que me son indiferentes, pueden que no tenga experiencia alguna que relacionar con esta música, o que

<sup>23</sup> Lugar en donde se llevó a cabo el Ejercicio Práctico Supervisado.

<sup>24</sup> Benenzon, Ibíd. Pág. 35

la indiferencia se constituya en un mecanismo de defensa del Yo ante sensaciones desagradables motivadas por el estímulo musical. Pueden ser muchas las respuestas que tengamos ante la música, si queremos justificar de manera conciente nuestro gusto por ella, sin ampliarlo mucho al gusto sonoro, que abarca una mayor amplitud de aspectos.

Se ha escuchado decir que "un recién nacido es una página en blanco", o "su personalidad se forma en los primeros cinco años de vida"; sin embargo el análisis que hace Rolando O. Benenson, va mucho más allá pues enfoca su estudio del ser humano a través del desarrollo intrauterino hasta su evolución ulterior; período en el que hay sonidos, que lógicamente no son percibidos por su propio sistema auditivo, porque hasta su nacimiento empezará a funcionar, sí es percibido por medio de vibraciones a través del cordón umbilical. Este nuevo ser se encuentra en contacto con las pulsaciones del latido cardíaco de la madre, respiración, el crujir de las paredes intrauterinas, ruidos intestinales, todos elementos de lenguaje no-verbal.

A medida que el feto se desarrolla va adquiriendo la sensación de la importancia que estos sonidos, traducidos a vibraciones intrauterinas tienen, sobre todo al latido cardíaco de la madre asociado a la alimentación por medio del cordón umbilical, que a la menor alteración de este ritmo, provoca estados de stress o de alarma fetal. Sobre la base de todos esos estímulos tanto externos como internos de la madre en esta dinámica de lenguaje no-verbal, se encuentra todo un mosaico genético heredado, donde formarían parte las experiencias del acervo folklórico, correspondiente a sus antepasados, su raza, su medio cultural, etc.

Todas estas experiencias de sensaciones vibracionales dentro de la vida intrauterina, y las experiencias sonoras luego del nacimiento, forman ese marco de sonidos que nos identifican y los cuales depositados en la parte inconsciente, constituyen los canales de interiorización en sesiones de musicoterapia. Al tener al alcance el historial sonoro de una persona, se pueden establecer lo que en el manual de musicoterapia se conoce como el ISO,<sup>25</sup> el cual nos mantiene conectados con nuestra historia más íntima, nuestro entorno personal, cultural y folklórico; y servir terapéuticamente de acceso directo hacia estados regresivos y del plano subconsciente. En el caso de L<sup>26</sup>, niña de 12 años que llegó al Censep's<sup>27</sup> para evaluación y diagnóstico referida del centro Neurológico, con un Dx. de "encefalopatía crónica difusa"; manifestaba actitudes agresivas muy fuertes y no muy comunes, agredía a quién se le acercara y no se alejaba de la madre a quien se aferraba fuertemente y a la vez también la pateaba, escupía, y experimentaba todo tipo de formas de agresión física, y luego de hacerlo soltaba sonora carcajada; me desconcertaba y no encontraba forma de empezar su evaluación, pues debía hacerla, sentada con papel y lápiz etc. sin embargo

---

<sup>25</sup> Identificación Sonora, resume la noción de la existencia en un sonido o conjunto de sonidos o fenómenos sonoros internos que nos caracteriza y nos individualiza.

<sup>26</sup> Se usa una inicial arbitraria para proteger la identidad de la paciente.

<sup>27</sup> Centro de Servicio Psicológico, "MAYRA VARGAS FERNÁNDEZ". USAC.

trabajando el caso en cámara de observación y en entrevista con la madre me comentó que ella escuchaba música y le gustaba el "Grupo Rana", conociendo que este grupo tiene en su repertorio música muy rítmica, le pedí que en la próxima sesión me llevará dicha música; lo que me hizo descubrir su afición por esa música, y en especial su buena reacción rítmica ante dicho estímulo, aunque en cada momento la ponía más inquieta y agresiva; poco a poco fui cambiando de música, gradualmente de lo más rítmico a lo más lento, logrando mi propósito de crear en la niña un efecto sedante a través de una música suave y sobre todo muy lenta; Pudiendo de esa forma lograr la evaluación con papel y lápiz viendo a la niña tranquila y cómodamente sentada.

El estudio de las reacciones que la música provoca en los seres vivos, es sin duda un campo virgen aún en nuestro tiempo, aunque ella se ha utilizado desde las civilizaciones más antiguas. En las tribus africanas, que poseen por naturaleza gran habilidad para la danza y la expresión rítmica, usándola en casi todas sus actividades ya sean sociales o religiosas; y así muchos pueblos y razas del mundo tienen su forma peculiar de expresarse musicalmente, lo que Benenson llamaría el ISO Cultural.

La música como medio de expresión, no solamente puede provocar reacciones agradables, también puede tocar los límites de la paciencia y la tolerancia, prueba de ello se puede citar el "Canto de Asedio"<sup>28</sup> de Joaquín Orellana; el cual es cantado por un grupo de indígenas que acechando a una tropa militar que se encuentra en la selva, pretenden desesperarlos con una especie de ataque sonoro. Este efecto fue comprobado cuando en una presentación del Coro UVG,<sup>29</sup> se incluyó este tema, y luego al sentir los comentarios de público, nos manifestaron que experimentaron esa sensación de impaciencia, logradas por el juego dinámico e incisivo de la pieza musical.

Los sonidos al ser escuchados no terminan solamente en el centro auditivo del cerebro, sino que al llegar al lóbulo temporal, en donde se encuentra los centros del lenguaje y la música, abren el canal hacia el sistema subcortical en donde al emitir respuesta ante el estímulo sonoro, ya la ha relacionado con alguna experiencia tenida. Benenson asocia entre sus experiencias, una relacionada con un grupo de oyentes y un grupo de disminuidos auditivos, a quienes luego de pedirles que emitieran un fuerte movimiento vibratorio con la lengua contra el paladar, y después de preguntarles en donde sintieron la vibración se obtuvo como resultado que dentro del grupo de oyentes, unos lo sintieron en la nuca, otros en la misma lengua, otros en el hombro; y el grupo de disminuidos auditivos lo sintieron en la región umbilical; y es allí donde se encuentra el plexo solar, un importante conglomerado del sistema nervioso autónomo. De cualquier manera al estar expuestos a un estímulo sonoro, siendo recibido este por un medio auditivo o vibracional, van a generar una

<sup>28</sup> Hace parte de una obra musical llamada "EN LOS CERROS DE HILOM", y narra las vicisitudes del pueblo indígena durante el conflicto armado; del compositor Guatemalteco Joaquín Orellana, quién es muy reconocido en el ámbito internacional. Además a creado un estilo propio y único de música, con los por él llamados "Útiles Sonoros", instrumentos originados de su ingenio.

<sup>29</sup> Coro Polifónico de la Universidad del Valle de Guatemala, que la incluyó en su repertorio del 98-99.

respuesta, tan variadas como desde la abuelita que pide desesperadamente que los nietos se calmen porque generan ruidos "bulla", que la tienen al borde de la desesperación; hasta el adolescente que el silencio total lo atormenta de tal manera que para combatirlo tiene que estar con el aparato de sonido, eléctrico, a decibeles muy altos, lo suficientes como para protegerlo de esa ausencia sonora asfixiante.

Es pues el sonido un elemento importante, constituyéndose en una vía que nos comunica con el mundo exterior, y también con nuestro mundo interior, que de alguna manera nos identifica. Juliette Alvin habla de la identificación de la siguiente forma: *"La identificación es un proceso emocional a través del cual el niño se relaciona con su medio y le pertenece, proceso que ayuda grandemente en el desarrollo de su personalidad. El niño normal encuentra a su alrededor numerosas maneras de identificarse. El niño disminuido, por su parte, está privado de muchos de los medios de comunicación sensoriales, mentales, o emotivos normales, y no puede adecuarse fácilmente al estilo de vida corriente. Por lo tanto, es probable que sea un individuo solitario y aislado. Cualquier medio de identificación a través del cual pueda relacionarse con el mundo que lo rodea es para él especialmente valioso."*<sup>30</sup> Es claro entonces que todos necesitamos un canal para la identificación emocional de nuestro mundo interior al exterior y viceversa; y esta comparación con un niño normal y un niño disminuido, hace ver las limitantes en la recepción sonora y como es compensada por medios alternos, distintos en cada caso pero necesarios al fin. Ludwin Van Beethoven, que según la hipótesis de algunos historiadores, una infección auditiva no tratada, llegó a producirle una sordera total; sin embargo no frenó la magnífica producción musical del maestro, y que según sus biógrafos, entre tantas anécdotas cuentan que cuando estrenó su IX Sinfonía, dirigida por el mismo autor, quien ya se encontraba totalmente sordo, no se había dado cuenta que el público aplaudía de manera eufórica, por la calidad de la obra; hasta que un músico de la orquesta le dio a entender que se girara porque el público le aplaudía. Este caso puede hacernos pensar; ¿que canal sensitivo usaba este compositor para crear su música?, ¿Habría cambiado su sentido auditivo por su sentido táctil, y escuchar por medio de las vibraciones?; en este caso pudo convertirse la zona umbilical en un centro de recepción de vibraciones para interpretar los sonidos, pero de todos modos en este caso concreto, este genio musical se llevó a la tumba el secreto de ¿cómo hacía para sentir la música, siendo sordo total?.

El tratamiento del sonido con niños sordos, merece un capítulo aparte, sin embargo cabe apuntar que entre los experimentos realizados por varios autores, destacan los realizados por Juliette Alvin,<sup>31</sup> quien en un taller de baile observó que; los niños sordos se mueven con la música que producida por un piano acústico sobre la duela del salón, viaja por medio de las vibraciones de la madera y es percibida por los niños a través de la planta de los pies, quienes como

---

<sup>30</sup> Alvin, *Ibíd.* Pág. 52

<sup>31</sup> *Ibíd.* Pág. 168

respuesta al estímulo vibracional bailan a ese compás; y es más notoria esta respuesta cuando el niño coloca sus manos sobre la caja de resonancia del instrumento.<sup>32</sup> Además menciona que los sonidos graves son percibidos de mejor manera, por la profundidad de las ondas que lo producen.

De cualquier manera puede existir una especie de huella sonora en cada uno, lo que llamarían la teoría del "Imprinting", trabajado por Lorenz<sup>33</sup> citado por Sluckin,<sup>34</sup> y Benenzon lo cita como el ISO, aunque menciona que hay una diferencia con el Imprinting, puesto que el primero lo toma como un sonido o conjunto de sonidos que nos caracteriza y nos individualiza,<sup>35</sup> y el segundo como una huella sonora implantada por la madre en la vida uterina, y que de alguna forma se relaciona con los sonidos externos escuchados durante la vida.<sup>36</sup> También cuenta que una psicóloga en un ejercicio de musicoterapia, al escuchar el estímulo sonoro lo asoció con el ritmo de un tren en marcha, y al profundizar en su historia se descubrió que, antes de nacer, su madre viajó en tren y ella nació justo al terminar ese viaje.<sup>37</sup> En cambio el ISO es un sonido que identifica cierto aspecto del individuo, como el efecto de pánico que presenta una persona al escuchar un sonido que lo asocia con algo amenazante, como muchos judíos que en Alemania, bajo Hitler, vivían en continuo miedo de ser arrestados y enviados a un campo de concentración; Y el sonido de la alarma al asociarlos con el peligro los paralizaba. En nuestro medio el sonido de una sirena es asociado con una emergencia, y si es una ambulancia luego se busca la manera de cederle el paso. Una tía, cuando escucha una sirena de ambulancia, luego le viene al recuerdo cuando su hija murió en un accidente, pues al avisarle la noticia acababa de escuchar ese sonido de sirena, y quedó impreso en su memoria como una experiencia desagradable.

### **ALCANCES DE LA EXPRESIÓN MUSICAL.**

Los alcances que la música en si puede tener, son muy variados y dependientes de las características de quien lo experimenta, tales como: su historia personal y su entorno socio-cultural; sin embargo para su análisis, lo podemos enfocar en dos puntos vitales, el del receptor musical y el del emisor musical.

En el campo de la recepción del estímulo musical, Violeta de Gainza lo describe como una energía, sobre todo porque "*..mueve, vigoriza, sacude, conmueve. Produce una acción concreta e integral, que puede o no ser registrada a nivel consciente por la persona involucrada en la experiencia musical.*"<sup>38</sup> Dentro de la anterior afirmación, podríamos preguntarnos, si en realidad, el solo efecto sonoro podría alcanzar una sensación de placentera

<sup>32</sup> *Ibíd.* Pág. 173

<sup>33</sup> Período de trabajo de Lorenz, 1935,1937, citado por Benenzon.

<sup>34</sup> Benenzon, *Ibíd.* Pág. 42

<sup>35</sup> *Ibíd.* Pág. 63

<sup>36</sup> *Ibíd.* Pág. 43

<sup>37</sup> *Ibíd.* Pág. 51

<sup>38</sup> Ponencia presentada en el Primer Congreso Internacional de Autismo Infantil y Relación Madre Bebé, por Violeta de Gainza, en la Aula Magna de la Facultad de Medicina de la Universidad de Buenos Aires. Benenzon, LA NUEVA MUSICOTERAPIA. Pág. 169

calma en quien escucha; porque todo ser humano está rodeado de la más grande gama de sonidos, que en determinado momento pasan desapercibidos, pero con cierta inducción puede prestarse especial atención hacia el efecto que produce determinados sonidos y de esta manera poder tener un mejor control sobre el estado de ánimo; aunque es de vital importancia el tomar en cuenta que este estímulo musical, puede llevar al individuo ha estados muy sedantes como también muy excitantes, dependiendo las características de dichos sonidos como: el color, la intensidad, el ritmo y la agudeza del mismo a los cuales se identifica el oyente y lo relaciona con su experiencia de vida y su temperamento.

Según Cambarieau, citado por Alvin, menciona que la música ha sido usada a través de los tiempos como un medio ofensivo o defensivo, *"Fue usada para provocar un estado patológico, a veces de naturaleza contagiosa, o estuvo destinada a poner remedio a un trastorno, a calmar al paciente o a devolverlo a la normalidad"*<sup>39</sup> La música por ser una serie de sonidos organizados rítmicamente con una intención expresa del autor,<sup>40</sup> al ser escuchada por el receptor, tienden a compaginarse con su ritmo fisiológico, es decir que el sonido tiene un componente físico, en cuanto a vibraciones por segundo, formando sus ciclos rítmicos, y el oyente tiene sus propios ciclos rítmicos en cuanto al funcionamiento de los órganos de su cuerpo, en tal caso su produce una sintonización, en el que si estos ciclos son a un ritmo lento se producirá un efecto relajante, y por el contrario si estos son muy rápidos, producirá un efecto excitante, puesto que se experimenta un aceleramiento en el ritmo cardiaco, y por ende también en el respiratorio. No es solamente en el aspecto rítmico que se produce esta sincronización, sino también en cuanto a las otras características del sonido, como el tono o elevación, la intensidad con que son emitidos los sonidos, que cuando son a decibeles muy altos producen cierta saturación en el sistema auditivo, y otro es el color o timbre correspondiente al instrumento o cuerpo sonoro que emite el sonido.

El Doctor Alfred Tomatis, otorrinolaringólogo francés, en sus estudios sobre el efecto que produce escuchar la música de Mozart, al cual llamó "El efecto Mozart"<sup>41</sup> hace una descripción de cómo los sonidos tienen efectos de energización del cerebro o del sistema nervioso, en el que distingue sonidos de carga y sonidos de descarga. Dentro de su análisis, se ubica en el aparato de Corti, contenido en el oído medio, cuyas células no se distribuyen de la misma manera; y dependiendo de la zona a la que está reservada, así será la cantidad de las mismas; entonces de acuerdo a lo anterior, en la zona de los sonidos bajos, las células son escasamente 100, y en la zona de los sonidos medios llegan a 500, siendo mucho más en la zona de los sonidos agudos 24,000. Los sonidos graves los ubica en la zona de descarga, por no tener armónicos elevados, y ayudan a llegar desde los estados de una simple relajación, hasta un profundo estado hipnótico. Los sonidos agudos, en la zona

<sup>39</sup> Alvin, *Ibíd.* Pág. 106, 107.

<sup>40</sup> No es una definición formal de lo que es música, pero en este caso sirve a nuestro propósito.

<sup>41</sup> El efecto Mozart, es una teoría creada por el Dr. Alfred Tomatis, de origen francés, en la cual analiza los efectos que produce en el ser humano escuchar la música de este autor austriaco. Tomada del libro "Pourquoi Mozart" de Tomatis, traducido e interpretado por Fernando Núñez, músico-terapeuta del Centro Tomatis, en Chile.

de carga, en donde asegura Tomatis, se constituyen en ciertas zonas, a ciertas intensidades y a ciertos ritmos, en unos verdaderos generadores de energía, haciendo de esta forma que la carga de impulsos a nivel cortical sobre pase el desgaste corporal e inyecte en cierta forma, energía positiva respecto de la dinamización del conjunto del cuerpo.

Tomando en cuenta los resultados obtenidos por el Dr. Tomatis en su estudio, nos podemos explicar el efecto que la música tiene en el individuo al ser escuchada, la sintonización que se produce entre la física del sonido y su ritmo por sus características, con el funcionamiento fisiológico del ser humano, que al pertenecer a una misma naturaleza cósmica, se buscan y se encuentran, los sonidos de baja frecuencia nos llevan a estados relajantes y los sonidos agudos a estados energéticamente excitantes, cuyo equilibrio nos ayuda a una elevación del auto-estima y por consiguiente una mejor salud mental.

El otro campo importante del estímulo musical lo constituye la emisión del sonido, es decir el placer de crear o interpretar música. Para este caso la música funge como un efectivo canal catártico, además de reafirmar la seguridad en sí mismo; quien ejecuta la música, ya sea en plano creativo o interpretativo, experimenta el sentirse más abierto y seguro, más risueño, se vuelve más optimista y más comunicativo frente a los demás, logra controlar su timidez, puesto que es capaz de compartir lo que siente y lo que piensa, es más, cómo lo siente y como lo piensa. En una ocasión con el Coro UVG, participábamos en un festival internacional, y compartiendo con el coro de otro país, en un día de descanso, por lo tanto no teníamos ninguna presentación, noté que una integrante se encontraba sumamente inquieta, luego de unos instantes se disculpó y salió de la sala, hacia uno de los pasillos, en donde comenzó a pasearse de un lado a otro cantando a media voz, minutos más tarde regresó con todo el grupo, esta vez la noté muy alegre, tranquila y su inquietud manifiesta había desaparecido, cuando me acerqué para informarme lo que le había sucedido, me comentó muy satisfecha, *"lo que pasa es que como hoy no cantaremos, no quería pasar el día sin cantar una pieza que me gusta mucho, y hasta que no la canto no me quedo tranquila"* En este sentido cuando se descubre la Música como un canal de comunicación entre el mundo interior y el mundo exterior, se siente la necesidad vital de expresarse, ya sea por medio de un instrumento musical o la propia voz; es ese deseo de sincronizar las vibraciones del yo interno con las vibraciones de la naturaleza. Ya no se canta o se ejecuta instrumento solo para complacer a un público que escucha y que luego emitirá su juicio, sino para un goce interno que establezca el equilibrio entre la propia naturaleza interna con la naturaleza cósmica. Es por esta razón que la integrante de este coro, sintió la fuerte necesidad de cantar, y lo realizó en los pasillos del hotel, no era necesaria la presencia de algún oyente, era simplemente un goce interno por medio, en este caso, del canto.

Como la experiencia musical más plena porque involucra alguna forma de producción o expresión musical, define Violeta de Gainza,<sup>42</sup> a la función expresiva de la música. La recepción musical, genera una energía que al permitir al oyente la identificación con la misma, literalmente se pega y se mueve junto con ella, acompañándola en su desarrollo y trayectoria, como si el mismo oyente la produjera, participando íntegramente con su cuerpo, su afecto y su mente; sin embargo la expresión musical genera un efecto mucho más intenso e impactante, que es muy superior a la acción receptiva de la música; *"El emisor musical mueve, juega, construye, a partir de los sonidos de su mundo interno, en interacción con la realidad que lo rodea. Al generar música, es decir alimento, energía, comunicación, se percibe a sí mismo -y es percibido por los otros- como alguien potente, capaz de moverse y de crear."*<sup>43</sup> En este aspecto de la expresión de la música, la autora concluye afirmando que esta experiencia musical culmina naturalmente con la expresión y la comunicación intra e interpersonal; lo que significa que este canal de la expresión por medio de la música es un medio para establecer ese equilibrio del mundo interior con el mundo exterior, usándola como un lenguaje, un mensaje, forma de diálogo y comunicación; con migo mismo para subir la autoestima y con los demás para fortalecer la adaptación social.

Entre otros de los alcances que posee la música como canal de comunicación expresiva, está la estimulación de las relaciones interpersonales, el tocar un instrumento o cantar junto con otras personas, proporciona al individuo la seguridad de sentirse importante y aceptado por los demás, aparte de incrementar su grado de responsabilidad, en el sentido de que su trabajo por muy sencillo que este sea, deberá contribuir para que el resultado final sea satisfactorio para todos. El simple hecho de entablar una comunicación musical con el terapeuta, es ya una buena oportunidad para conocer sus propias capacidades, desconocidas o poco conocidas quizá, que nunca intentó desarrollar o que si alguna vez lo intentó, fueron anuladas por las críticas y la no aprobación de los demás, lo que de alguna manera lo hizo creer que la música jamás podría ser parte de su naturaleza, limitándole el uso de ese canal expresivo y catártico; es a partir de esta experiencia musical debidamente guiada la que le abre las puertas a ese auto-conocimiento y fortalecimiento de su ser interior.

En el congreso mundial de música terapia, celebrado en París en 1974, se contemplaron tres aspectos de trabajo: La interacción positiva de la persona con otros individuos, la autoestima y el empleo del ritmo como elemento generador de energía y orden.<sup>44</sup> De esta forma actúa como una motivación para el desarrollo de la autoestima, provocando en el individuo sentimientos de autorrealización, autoconfianza, autosatisfacción y seguridad en sí mismo; el ritmo que es un elemento básico, dinámico y potente en la música, es el estímulo orientador de procesos psicomotores que promueven la ejecución de

<sup>42</sup> Violeta de Gainza, Ponencia, Ibíd. Pág. 170

<sup>43</sup> Ibíd. Pág. 171

<sup>44</sup> Congreso Mundial de Música Terapia, París, 1974

movimientos controlados. Según este congreso mundial, la herramienta más poderosa que muchos terapeutas consideran incluso en el tratamiento de enfermedades concretas, es el canto de los armónicos,<sup>45</sup> y que a través de nuestras propias voces podemos proyectar a la parte enferma, la frecuencia de resonancia correcta y devolver su frecuencia normal.

La música como una alternativa de expresión y desarrollo, puede ser utilizada con niños, adultos, adultos mayores con diferentes problemas físicos, emocionales, intelectuales o sociales; también puede emplearse con personas que no presenten ninguna problemática, que simplemente deseen mejorar su bienestar personal, desarrollar la creatividad, mejorar el aprendizaje, las relaciones interpersonales, para el manejo del estrés, o simplemente disfrutar del placer de la música, ya sea por recepción o por emisión de la misma. Kelly Bruscia,<sup>46</sup> plantea una serie de recomendaciones donde se puede aplicar músico terapia como tratamiento:

A niños con:

- 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.
- Con trastornos médicos crónicos y/o degenerativos (cáncer, cardiopatías, problemas de dolor, etc.)

A personas con:

- Enfermedades degenerativas debido a la edad (Alzheimer entre otras)
- Problemas de fármaco dependencia y abuso de sustancias.
- Daño cerebral debido a enfermedades o traumatismos.
- Incapacidades físicas debido 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.

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.

---

<sup>45</sup> Pitágoras, en sus estudios con un monocordio, descubre que los sonidos no son realmente puros y que están formados por una combinación de otros sonidos, los cuales se encuentran realizando operaciones matemáticas sobre el número de vibraciones que produce el sonido fundamental; estos se van haciendo cada vez más agudos del sonido fundamental; a distancias específicas llamadas "intervalos". Estos sonidos que resultan de la descomposición del fundamental, son los conocidos como "Armónicos".

<sup>46</sup> Bruscia, Kelly. DEFINING MUSIC THERAPY, NH: Barcelona Publishers, 1998.

- Para mejorar la autoestima.
- Para mejorar el control del estrés.

La música-terapia le permite a las personas:

- Explorar sus sentimientos.
- Hacer cambios positivos en su estado de ánimo y en su estado emocional.
- Desarrollar un sentido de control de sus vidas a través de experiencias de éxito.
- Aprender o poner en práctica habilidades para resolver problemas y conflictos.
- Mejorar las habilidades de socialización.

Por otra parte en el congreso mundial de música-terapia, de París en 1974, se hace una serie de sugerencias para audiciones de determinadas obras musicales para determinados casos tales como:

Insomnio:

1. Nocturnos de Chopin (op. 9 n.º 3; op. 15 n.º 22; op. 32 n.º 1; op. 62 n.º 1)
2. Preludio para la siesta de un Fauno de Debussy.
3. Canon en Re de Pachelbel.

Hipertensión:

1. Las cuatro estaciones, de Vivaldi.
2. Serenata n.º 13 en Sol Mayor, de Mozart.

Depresión:

1. Concierto para piano n.º 5 de Rachmaninov.
2. Música acuática, de Haëndel.
3. Concierto para Violín, de Beethoven.
4. Sinfonía n.º 8 de Dvorak.

Ansiedad:

1. Concierto de Aranjuez, de Joaquín Rodrigo.
2. Las cuatro estaciones, de Vivaldi.
3. La sinfonía Linz, k 425 de Mozart.

Dolor de cabeza:

1. Sueño de amor, de Listz.
2. Serenata, de Schubert.
3. Himno al Sol, de Rimsky-Korsakov.

Dolor de estómago:

1. Música para la mesa, de Telemann.
2. Concierto para arpa, de Haëndel.
3. Concierto para Oboe, de Vivaldi.

Energéticas:

1. La suite Karalia, de Sibelius.
2. Serenata de Cuerdas (op. 48) de Tschaiikowsky.
3. Obertura de Guillermo Tell, de Rossini.

**CONTRAINDICACIONES EN LA MÚSICOTERAPIA.**

Aunque es una alternativa terapéutica, tan antigua como la humanidad misma, en lo poco que se ha estudiado este tema, no se ha encontrado mayores contraindicaciones, y de las existentes solo se han encontrado en casos muy esporádicos.

La epilepsia musicogénica, que es una de las formas más raras de epilepsia, se refleja en que el ataque epiléptico es desencadenado por un estímulo sonoro; sin embargo es considerada como una breve y subsanable interferencia en el tratamiento; Así lo manifiesta Rolando O. Benenzon quien además confiesa que solo han estudiado cincuenta casos.<sup>47</sup> Entre los casos que se mencionan, aparece el de un señor de 56 años, cuyo ataque se presentaba luego de escuchar el sonido de las campanas, provocando el ataque conocido como gran mal; al estudiar detenidamente el caso descubren por medio de un electroencefalograma, que este es originado en el lóbulo temporal izquierdo, y si recordamos que en esa parte cerebral se encuentra el centro musical muy cerca al del lenguaje, observamos que cada vez tiene más relación. Aunque las manifestaciones epilépticas no siempre se presentan con ataques de Gran Mal; las otras formas pueden ser de carácter focal, como tic del ojo, palpitaciones, conmociones de garganta, acompañados de sensaciones de pérdida de la conciencia. Es también importante hacer notar que el origen puede ser traumático, como el caso también mencionado por Benenzon,<sup>48</sup> sobre un futbolista que luego de recibir un golpe fuerte en la cabeza se le desencadenan los ataques, que luego se fueron presentando cada vez que se encontraba excitado por el partido y estaba a punto de anotar un gol y escuchaba el silbato del árbitro; aunque estos episodios terminaron cuando dejó de jugar, fueron reemplazados por ataques precipitados por cualquier tipo de música.

Algunos sonidos que sean asociados a experiencias traumáticas pueden ser también estímulos precipitantes, sobre todo cuando su característica sonora es reproducida por cualquier otro instrumento; por ejemplo, el sonido de una sirena que en época de guerra era señal de ataques aéreos, en sociedades que la han sufrido de esa manera, y que luego esa característica sonora de la duración es reproducida por las notas largas de la trompeta o el saxofón en Jazz.

La otra contraindicación para el uso de música, se refiere al uso inadecuado de la misma y en las condiciones incorrectas; Juliette Alvin, los describe como

---

<sup>47</sup> Benenson, *Ibíd.* Págs. 158-172

<sup>48</sup> *Ibíd.* Pág. 160

"Efectos Perjudiciales de la Música",<sup>49</sup> y considera que estos efectos indeseables en lugar de ayudar, perjudican al niño; *"Esto ocurre en el caso de niños que desean huir del mundo externo de la realidad que los rodea, mundo que los ha frustrado y que tiene exigencias que ellos no desean cumplir. Todos los medios de escape les son bienvenidos, ya sea "hacerse la rabona"<sup>50</sup> o fugarse, o crear en su mente un mundo de ensueño y fantasía"*.

En este planteamiento de la contraindicación hay un antecedente, que es una experiencia frustrante, aunque no necesariamente musical, la que provoca la indeseabilidad de la música, puesto que el escape al estímulo se presenta como un mecanismo de defensa del Yo ante una situación que lo compromete, en este caso, es este estímulo sonoro el que abre esa ventana hacia el subconsciente, y es lo que se debe evitar; de acuerdo con la teoría del Imprinting de Lorenz, o de alguno de los tipos de ISO, planteado por Benenzon.<sup>51</sup>

---

<sup>49</sup> Alvin, *Ibíd.* Pág. 133

<sup>50</sup> Dicho popular propio del ambiente cultural de la autora, que podrá interpretarse como, "hacerse el desentendido".

<sup>51</sup> Benenzon, *Ibíd.* Págs. 42-62.

### **OBJETIVO GENERAL.**

Contribuir al desarrollo de la comunidad atendida por el puesto de Salud de la colonia Belén en Mixco, con la realización del Ejercicio Profesional Supervisado, implementando en el proyecto del Adulto Mayor, la alternativa de la Música como un elemento de expresión.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS.**

#### ***SUBPROGRAMA DE SERVICIO.***

- Proporcionar al adulto mayor y demás participantes la posibilidad de expresarse musicalmente, librándolo de los miedos a la crítica o del "que dirán".
- Propiciar en el adulto mayor y demás participantes el goce de la música, como instrumento para elevar su autoestima.
- Motivar la expresión musical como una doble vía de comunicación, entre las generaciones; infantil, juvenil, adulta y adulta mayor.
- Incentivar a la población en la convivencia con el adulto mayor a través de la expresión artística, por medio de grupos de apoyo.
- Promover en la comunidad, veladas artísticas para promulgar el acercamiento y conocimiento, de la población sobre el adulto mayor.
- Proporcionar servicios musicoterapéuticos a los casos referidos al centro de salud, en forma grupal e individual si así lo ameritara el caso.

#### ***SUBPROGRAMA DE DOCENCIA.***

- Dar a conocer a la comunidad escolar; que incluye alumnos, maestros y padres de familia; la música como un canal de autoconocimiento y vínculo de convivencia social.
- Crear conciencia en la población, especialmente infantil y juvenil, del aporte social y cultural proporcionado por el Adulto Mayor, a través del desarrollo musical en la historia.
- Ofrecer talleres sobre los alcances de la expresión musical en cuanto a la elevación del auto-estima y otros aspectos, a maestros, médicos practicantes y cualquier persona interesada.

#### ***SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN.***

- Estudiar los efectos y reacciones presentadas por la población atendida, ante los estímulos sonoro-musicales.
- Medir los niveles de conocimiento y autoconocimiento de su entorno sonoro-musical, confrontándolas entre antes y después, luego de las actividades con la comunidad.
- Crear en el Centro de Salud una batería básica de instrumentos y elementos que favorezcan la continuidad de las sesiones musicoterapéuticas aun después de terminado este "Ejercicio Profesional Supervisado".

### ***METODOLOGÍA DE ABORDAMIENTO.***

Para desarrollar el presente trabajo de E.P.S. se realizaron las actividades dirigidas a la población escolar, en las escuelas: Gerardo Gordillo en la Colonia Belén, El Paraíso en la Colonia del mismo nombre, y Bertha de Ruano en la Colonia San Ignacio; consistente en charlas y dinámicas de expresión musical. En el salón del Centro de Salud de Belén, se llevaron a cabo las sesiones de musicoterapia grupal y se atendieron en la clínica, todos los casos individuales que así lo ameritaron; además en el mismo salón se realizaron los talleres de expresión musical a profesionales, maestros y demás personas interesadas. Se aprovecharon los espacios que brindaron los líderes comunitarios para el trabajo con los grupos de adulto mayor.

#### ***SUB-PROGRAMA DE SERVICIO:***

- Se contactaron las escuelas que cubre el Centro de Salud como área de servicio, en los grados que atiende según su programa de conocimiento del adulto mayor.
- Por medio de los temas sobre el conocimiento del adulto mayor, a través del programa del Centro de Salud, se implementaron las charlas a los niños con dinámicas de expresión musical y auto-estima.
- Se convocó a los líderes comunales para la formación del grupo de adulto mayor.
- Se detectaron en las escuelas atendidas, los casos que ameritaron atención especial y fueron referidos a los grupos de musicoterapia.
- Se constituyó el grupo de terapia grupal con los niños y sus padres, y casos aislados que lo ameritaron.
- Se dio atención a los casos en que era necesario tratamiento individual.
- Se organizó con la comunidad actividades de convivencia y expresión musical.

#### ***SUB-PROGRAMA DE DOCENCIA:***

- Se detectó a niños y jóvenes líderes para organizar un grupo de monitores y realizar las actividades de expresión musical, para que fueran reproductores de las mismas en sus respectivos grupos.
- Se proporcionó a los líderes comunales, maestros y médicos practicantes del puesto de Salud, información y formación sobre la expresión por medio de la música y sus beneficios, a través de talleres.
- Se desarrolló con los líderes comunales actividades culturales de convivencia y expresión artística, en las que participara toda la comunidad atendida.

*SUB-PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:*

- Se diseñó un formato anecdótico para registrar toda información que favorezca al aspecto científico y a la elaboración de las conclusiones del presente programa.
- Se elaboró una guía de encuesta en cuanto al conocimiento sonoro-musical de la comunidad atendida, y sobre su propia forma de sentir la expresión musical.
- Se realizaron trámites para la adquisición de una batería de instrumentos musicales necesarios, de forma básica; equipo reproductor y discografía necesaria para la implementación de los talleres de musicoterapia.

### **CAPITULO III**

#### **PRESENTACIÓN DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS.**

**SUB-PROGRAMA DE SERVICIO:**

**ACTIVIDAD:** Por medio del Centro de Salud de Belén, se contactó a las escuelas a las cuales cubre con su programa de conocimiento del adulto mayor.

**RESULTADOS:** Los directores y directoras de las diferentes escuelas, manifestaron de forma inmediata su aprobación ante el proyecto que se les presentaba, brindando toda clase de ayuda a la realización del mismo, al igual que el agradecimiento por haberlos tomado en cuenta; así también las maestras y maestros de los niños, aunque en la mayoría de los casos las maestras no participaban en la actividad con los niños, lo que dejaba entre ver cierto grado de desinterés al inicio por las actividades; sin embargo varias de ellas consultaban dudas sobre ciertos comportamientos y cambios de los mismos observados en algunos de los alumnos, sobre todo en aquellos que presentaban ciertas conductas diferentes al resto de la clase.

**ACTIVIDAD:** Charlas con dinámicas de expresión en las tres escuelas que cubre el Centro de Salud, en los grados de cuarto a sexto, apoyadas con Cantos y Juegos.

**RESULTADOS:** Las dinámicas formadas por cantos y juegos, fueron un elemento importante para que los niños manifestaran plena confianza en sí mismos, y poco a poco su participación en la actividad se hacía cada vez mejor, sobre todo cuando se daban cuenta que eran capaces de respetar y darse a respetar ante sus compañeros y esto les fortalecía su auto-estima. Dentro de estas actividades se pudo observar un alto grado de agresividad manifestada por los niños al inicio de los juegos, pero a medida que se incrementaba el canto y que cada uno de ellos le llegaba el turno de participar se ponía en evidencia cierto grado de timidez que regularmente se esconde detrás de una conducta agresiva, sin embargo al sentirse apoyados y asegurándoles que su participación sería respetada, lograban manifestarse poco a poco con más confianza; y de esa manera se les observaba una actitud más interesada por la participación de los demás.

**ACTIVIDAD:** Con los líderes comunitarios y escolares, se creó un grupo de Adulto Mayor y de niños, para realizar acciones de convivencia musical y artística.

**RESULTADOS:** Para esta actividad se debió contactar con los líderes comunales, en quienes una de las mayores dificultades fue la disponibilidad de tiempo para las sesiones, por diversas razones, entre ellas sus jornadas de trabajo; por lo que la participación de dichos líderes fue escasa en actividades de convivencia musical, pero de mucho valor en cuanto a logística para la realización del festival de clausura; los adultos, adultos mayores, jóvenes y niños,

prepararon sus diversas formas de expresarse artísticamente, para participar en el festival de clausura.

*ACTIVIDAD:* Los niños a quienes se les detectaban una problemática particular, se le refería al grupo de musicoterapia que se atendía en el Centro de Salud, con la debida autorización escolar.

*RESULTADOS:* Los niños que eran referidos por diferente causa, algunas veces lo solicitaba también la dirección o la maestra, al participar en las sesiones se les observaba cierto comportamiento, cuyo mensaje en el fondo pareciera decir, "me mandaron aquí para que me castiguen", por lo tanto estaban de alguna manera preparados para el sermón correspondiente, el cual en muchos casos hace crecer más la actitud de rebeldía; sin embargo su desconcierto era tal cuando se daban cuenta que allí no se hablaba de la causa de su referencia, sino que al contrario, lo que se hacían eran juegos entre niños y adultos, cantar, percutir objetos, bailar etc. Y aunque había reglas internas dentro de la participación, estas no les parecían interesantes de transgredir, ya que resultaba más emocionante divertirse y descubrir cosas que talvez no se creían capaces de realizar. Al regresar a la escuela y después de algunas sesiones, la maestra manifestaba que el niño referido ahora si tenía otra forma de comportarse.

*ACTIVIDAD:* Con los casos referidos de las escuelas y del Centro de Salud, se formó el grupo de musicoterapia usando el sonido y movimiento como eje de expresión.

*RESULTADOS:* Dentro del grupo de musicoterapia participaron niños, niñas, jóvenes, adultos y adultos mayores; a los cuales una de las primeras prioridades era la de proporcionarles un canal de expresión libre de todo tipo de prejuicios, y por medio de juegos y cantos se establecía un clima de confianza, en el que cada uno se podía sentir mejor. En el caso de los niños, era muy común la queja de los padres en cuanto a su conducta rebelde, sin embargo a través del juego descubrían aspectos en sus hijos que nunca antes le habían visto; al tiempo que los padres manifestaban que nunca habían cantado y que el hacerlo les hacía sentirse mejor, al igual que desconocían algunas capacidades artísticas de sus propios hijos. Se observó en los adultos, jóvenes y adolescentes un considerable grado de timidez en la participación, sobre todo del canto, dirigiendo comentarios negativos hacia ellos mismos, de su propia forma de cantar. Apoyados por la consigna de que lo importante era manifestarse y que una de las normas de la sesión de musicoterapia era que los participantes se debían escuchar con respeto, y que nadie debía emitir un juicio sobre la expresión del otro, más que solo observar su expresión ya sea por el canto o por el movimiento traducido en baile; se lograba de esa manera crear un ambiente de libertad en cuanto a la expresión, no solo con el canto y baile, sino que con otras formas como la declamación, y usar en forma percutida, cualquier objeto que se prestara para el efecto. Luego al comentar sobre las dificultades que fueron el motivo de la consulta, en la mayoría de los casos, los mismos

participantes descubrían nuevas formas de abordar soluciones, puesto que encontraban en ellos nuevas capacidades, muchas veces jamás experimentadas.

**ACTIVIDAD:** Se atendieron algunos casos individuales, referidos por el Centro de Salud.

**RESULTADOS:** En los casos tratados en forma individual, luego de conocer el motivo de consulta, y enfocar los aspectos responsables del desequilibrio emocional, que de alguna manera no permitían alcanzar la satisfacción deseada, se consideraba de mucha importancia el buscar dentro de cada paciente, cuales eran las armas con que contaba para poder hacerle frente a estos factores desequilibrantes; sin embargo en la mayoría de casos, mostraban cierta extrañeza al abordar el tema sonoro, e indicando en algunos casos que no le habían puesto mucha atención al asunto del gusto musical, y dejando notar cierta convicción de que eso es solo un pasa tiempo, sin considerarlo de importancia alguna. Poco a poco conforme avanzaban las sesiones, los ejercicios sonoros y musicales, a los cuales al fin accedían a realizar, los hacían descubrir formas nuevas de ver sus problemas y el valor suficiente para poder enfrentarlo; así lo manifestaba una señora mayor, en uno de los casos que fue atendido en familia, donde dicha señora con su carácter imperativo, sufría de cierta crisis de ansiedad cuando los demás miembros de su familia no hacían lo que ella decía, y esto había provocado una conducta rebelde de parte de la nieta, además de haber roto la relación de ambas con la hija; sin embargo al descubrir juntos la importancia de la comunicación, la intención de la misma, y la catarsis que produce la emisión sonora musical, luego de los ejercicios, confesaba su deseo de cambiar su forma de ver las cosas, y sobre todo la libertad interna que experimentaba. Uno de los puntos interesantes fue cuando con la abuela del presente caso, quien al inicio se resistió de abordar temas musicales porque según su opinión no ayudaría en nada, comenzamos a comentar sobre los temas musicales de décadas pasadas, en cierto momento su semblante sereno propio de una charla amena, cambió por uno más que nostálgico, casi angustiante; al preguntarle sobre qué acababa de recordar, dijo: *"...es una canción muy antigua que escuchaba cuando era niña y me gustaba mucho"* al preguntarle sobre como era el nombre de la canción, para poderla escuchar juntos, ella respondió con mucha seguridad, *"usted es demasiado joven como para haberla escuchado alguna vez, y no creo que la pueda conseguir, yo ya no me recuerdo del nombre, pero si recuerdo un pedazo que decía así..."* y cantó un largo fragmento de la canción, los ojos se le cristalizaron con las lágrimas que estaban a punto de brotar, y al sentirse vulnerable por ese recuerdo, abruptamente dejó de cantar e intentó nuevamente tomar su postura enérgica muy característica. Afortunadamente reconocí que dicha canción la tenía en mi archivo musical, que efectivamente era una canción romántica de desamor y que actualmente no ha sido retomada por ningún artista moderno, y su nombre era "Corazón". En la sesión siguiente, llevé una grabadora portátil y la canción grabada en una cinta magnetofónica; cuando le indiqué que le tenía

una sorpresa, me atendió con cierta curiosidad, y al escuchar la canción mencionada, le observé una conducta tan ansiosa, probablemente provocada por una mezcla de ansiedad, angustia y nostalgia, que desembocaron en un silencioso llanto de emoción; a partir de ese momento comenzó a contar sobre su dura infancia caracterizada por la competencia generada por sus familiares ante una prima, a quien le daban todos los créditos, y esto fue alimentando cierta envidia hacia su rival en este caso, y desembocó en el deseo ciego de demostrar a todos que ella podía ser autosuficiente, y ser la que siempre tenía razón, por lo tanto cuando las cosas sentía que se le escapaban de las manos, le provocaba temor la sensación de sentirse derrotada. Al paso de las sesiones, manifestó que sentía un mejor control de su ansiedad ante las cosas que estaban fuera de su alcance, y que poco a poco pudo digerir de mejor forma la envidia que le provocaba su prima, quien aunque se trataban muy bien, aun se debía sanar esta parte no tratada; y que lo estaba logrando gracias a los ejercicios de meditación músico-sonora realizadas en las terapias.

*ACTIVIDAD:* Se realizó un festival artístico en cada escuela que atiende el programa, con su respectiva comunidad educativa.

*RESULTADOS:* El festival realizado en cada escuela dejó ver la diferencia entre las mismas en cuanto al apoyo y los niveles de integración entre docentes, entre los alumnos y entre alumnos-docentes; se pudo constatar que en una de ellas, las maestras no manifestaron su deseo de participación y por lo tanto en el festival solo participaron algunos alumnos, y otros se quedaron con el deseo de hacerlo. En otro de los casos se pudo notar poca comunicación entre dirección y docentes, reflejándose en la participación de los alumnos que aunque fue numerosa, y con entusiasmo, tuvieron que solventar algunos inconvenientes para su realización, pero que al final salió bien la actividad. Al contrario de la tercera escuela en la cual hubo participación de todo tipo tanto de los alumnos como de los maestros. Aunque se observó diferentes formas de realización del festival, fue notorio el pensamiento competitivo en todos los casos, a pesar de enfatizar en su carácter participativo; se logró también la participación de alumnos que en las actividades anteriores manifestaban cierto grado de timidez.

*ACTIVIDAD:* Se realizó un festival de clausura con toda la comunidad que atiende el centro de salud.

*RESULTADOS:* Como actividad de clausura se realizó el festival artístico, con la participación de toda la comunidad que forma parte del Centro de Salud, como médicos practicantes, adultos mayores, adultos, jóvenes y niños, maestros, hasta un grupo musical de niños flautistas, invitados de Mixco. Este festival de clausura se caracterizó por la participación variada de generaciones, como también en formas de expresión, puesto que se presentó baile, canto, música instrumental, declamación y teatro. Es de suma importancia también hacer notar que se vivió un ambiente especial, y enfatizar que no era una competencia, sino una convivencia, en la que lo más importante era experimentar la sensación

de expresarse ante la comunidad; naturalmente la ansiedad que presentaba cada participante, sobre todo los que lo hacían por primera vez, era diferente a la de saber que su expresión sería juzgada por un jurado, como se hace en una competencia, en cambio en esta ocasión, por el ambiente que se había creado con anterioridad, los participantes sabían que su participación era una forma de donarse a un público, que estaba dispuesto a disfrutar de su forma de expresarse. Este hecho ayudó a que todos los participantes, tanto actores como público, pudieron sentirse muy satisfechos, y aunque resultó al final un poco largo, pudieron seguirlo muy complacidos hasta el último número.

SUB-PROGRAMA DE DOCENCIA:

*ACTIVIDAD:* Talleres sobre los alcances de la música con los niños promotores de las diferentes escuelas participantes.

*RESULTADOS:* En acuerdo con las escuelas que atiende el puesto de salud, se convocaron alumnos y alumnas para formar un grupo de promotores de salud mental, que fungieran como agentes multiplicadores en sus respectivos centros educativos; desarrollándose por medio de talleres, algunas técnicas de expresión musical, como también de movimiento, encaminados al descubrimiento de esa musicalidad innata que cada ser humano posee, y que al exteriorizarla, además de permitirnos un mejor autoconocimiento, nos permite un mejor desarrollo de la autoestima. Los jóvenes participantes a los talleres, manifestaron sentirse mejor y más seguros de lo que podían transmitir a sus compañeros de escuela; como también manifestaron, sentirse más comprometidos con la comunidad de la escuela, y que con su ayuda al ser multiplicadores de esta nueva forma de expresión podían contribuir a mejorar el ambiente escolar.

*ACTIVIDAD:* Talleres a padres de Familia para involucrarlos en el alcance que la música tiene en todo ser humano.

*RESULTADOS:* Los padres de familia, al principio tenían la impresión de que los problemas de los hijos, solo podían ser tratados por la escuela o centros especiales, en este caso médicos y psicólogo, cuando el caso lo requería; pero poco a poco empezaron a darse cuenta que ellos forman una parte importante para mantener esa armonía necesaria en la casa y que se refleja en una buena salud mental. Con actividades tan sencillas como, estar más conciente de la música que se escucha, seleccionar los sonidos que me molestan y encontrar una razón por la cual me molestan; como poder controlar los impulsos negativos que casi siempre terminan en conflictos familiares; darle un lugar a la música o sonidos que nos proporcionan tranquilidad; poder reconocer los sonidos que escuchamos previos a un estado de irritabilidad etc. Todos estos ejercicios dieron en los padres participantes un panorama de cómo conocer mejor nuestros impulsos y por ende controlarlos de mejor forma, para que de esa manera se pueda guiar a los hijos. Otro de los aspectos, fue el cómo hacer conciente el sistema de comunicación, que no solamente se trata de un

lenguaje hablado, gestual o corporal, sino también de un lenguaje sonoro, el cual abarca muchos aspectos; y en cuyos ejercicios la comunicación se realizó por medio de la toma de conciencia de los tonos de la voz, la percusión de algún instrumento u objeto, aplicándole los distintos matices a los sonidos producidos. Todo esto nos llevó a la conclusión, junto a los padres participantes, que los canales de comunicación son sumamente importantes, para poder comprender mejor a las demás personas, y que como lenguaje, el sonoro juega un papel preponderante en la efectividad de dicha comunicación.

**ACTIVIDAD:** Talleres con los maestros, médicos practicantes del centro de Salud, y personas interesadas sobre esta alternativa de expresión.

**RESULTADOS:** Entre profesionales, casi siempre se presenta cierto grado de duda ante una nueva alternativa en la técnica de abordamiento de problemas; sobre todo si esta requiere de aptitudes que no tenemos desarrolladas o simplemente desconocemos tenerlas; el primer paso que se presenta es depositar la confianza en que, el sonido es un vínculo de unión entre nuestro mundo interior con nuestro mundo exterior, y en cierta medida nos ayuda a mantener el equilibrio entre lo que deseamos hacer y lo que se nos permite hacer. El desarrollo de los talleres fue siempre de forma vivencial, y con la consigna de que toda forma de comunicación sonora y de movimiento,<sup>52</sup> debía ser respetada por todos los presentes, se fue abriendo poco a poco ese canal vital para el autoconocimiento; aunque uno de los obstáculos más fuertes, fueron los prejuicios que en nuestra cultura están tan enraizados, porque cuando deseamos escribir, bailar o pintar, si no somos hábiles en eso, luego pensamos en el que dirán, y casi nunca cantamos para nosotros mismos. Todos los ejercicios fueron encaminados hacia la desinhibición en el sentido de la expresión sonora; y luego de escuchar respetuosamente a cada participante, al dar su comentario sobre como se sentía, casi siempre era de una sensación de tranquilidad y seguridad en sí mismos.

**ACTIVIDAD:** Organización del festival artístico de clausura, con la participación de líderes de la comunidad, del Centro de Salud y de las escuelas atendidas.

**RESULTADOS:** Cada uno de los involucrados en la organización del festival artístico de clausura, si aunque algunos nunca habían participado en algo similar, se mostraron muy entusiasmados en la actividad además de sentirse muy honrados al ser tomados en cuenta; así conforme se desarrollaba el festival cada uno de los participantes, experimentaba una sensación de ansiedad antes de su participación, para cambiarla por una sensación de satisfacción después de la misma. Los médicos practicantes quienes se organizaron para ser los maestros de ceremonia, y que también participaron artísticamente, estaban ansiosos al inicio de la actividad y a medida que avanzaba la misma, experimentaban más dominio de la situación, para ellos nueva, y manifestaban

---

<sup>52</sup> Al mencionar "sonido" lleva implícito "movimiento", tomando en cuenta que todo movimiento produce un sonido, sea éste perceptible o no al oído humano.

un desenvolvimiento más natural, expresando que hubieron cosas nuevas que descubrieron en ellos mismos y en sus compañeros.

SUB-PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:

**ACTIVIDAD:** Se recopilaron todas las impresiones de los participantes en el intercambio de actividades artístico-musicales.

**RESULTADOS:** Las impresiones de los participantes fueron múltiples, algunas fueron escritas en hojas especiales sobre las actividades realizadas, pero la mayoría fueron expresadas en forma espontánea al finalizar cada actividad, o cuando se me acercaban para agradecer por la oportunidad de participar, o dentro de algunas entrevistas realizadas con la dirección o con el cuerpo docente de alguna escuela. Entre las impresiones que sobresalían en los participantes recién finalizada una actividad era: *"Nunca pensé que me fuera a reír tanto en estos juegos"*; vale la pena hacer notar que antes de iniciar una actividad, los integrantes de la sesión pasaban por ciertas etapas que pueden describirse sencillamente de la forma siguiente: 1) Curiosidad y expectativa sobre lo que podrá ocurrir. 2) Ansiedad por temor a hacer el ridículo ante los demás, cosa que algunos lo manifestaban negándose a participar, otros con sudoraciones y temblor disimulado del cuerpo; sin embargo al reforzarse una de las reglas de la sesión la cual consistía en el respeto y la libertad de la que cada uno gozaba, poco a poco este temor desaparecía y hasta algunas veces resultaban más involucrados aquellos que al inicio se habían negado a participar. 3) Relajación producto de la participación, en la que el pensamiento que reinaba era, no prestarle atención a lo que pensarán de uno, sino al bienestar que la actividad le podía proporcionar; la cual se puede observar a través de comentarios como: *"Me siento mejor porque, me doy cuenta que aquí no se ríen de uno como en otros lados"*. Luego de varias sesiones en las que la música como alternativa de expresión fue el eje temático, a los participantes les proporcionaba una herramienta valiosa para el control personal, como lo demuestra el siguiente comentario: *"Ahora sí he aprendido a controlar mejor mi carácter, sobre todo porque me he sentido más relajada"*. Cuando se tiene otro punto de vista para las cosas, y si esta basado en el auto-conocimiento y sus potencialidades, los cambios no pasan desapercibidos ante los demás, por consiguiente nuestras relaciones personales mejoran; los niños que participaban de las sesiones al regresar a la escuela lo hacían notar, al punto que alguna maestra comentaba: *"Fíjese que ahora ya no es tan agresivo con sus compañeritos como era antes, y también participa más en clase"*.

Muchas otras impresiones están encaminadas a observar cambios en la forma de ver las cosas y sobre todo de afrontar los problemas, reforzando la auto-imagen.

**ACTIVIDAD:** Se estudiaron los efectos que los mensajes musicales tienen sobre el ser humano, por medio de la observación y la entrevista.

**RESULTADOS:** De acuerdo a las observaciones realizadas en los participantes, los diversos mensajes musicales<sup>53</sup> provocaban diferentes reacciones, que además estuvieron muy relacionadas con varios factores como edad, gusto musical, nivel cultural y algo importante, en cierta forma con diferentes niveles de tolerancia y auto control. De esa manera en algunas sesiones que consistían en escuchar música guiada por ejercicios de relajación, algunos participantes experimentaban calma ante temas musicales de aire moderado, andante, adagio y lento; cuando la música presentaba una elevación de intensidad y con cierto ritmo repetitivo, los participantes experimentaban una aceleración, aunque mínima, en el pulso cardíaco, que en algunos casos la identificaban con algún grado de ansiedad. En los ejercicios de expresión a través de sonidos, los participantes evidenciaban cierto grado de bloqueo, argumentando no tener idea de qué hacer, o por qué, según manifestaban, “sentían vergüenza” por estar ante los ojos de los demás; en la mayoría de casos buscaban diversas excusas para no enfrentar en forma directa el temor a la equivocación. Conforme pasaron las sesiones, y se fortaleció la confianza en sí mismo, los participantes fueron dominando poco a poco el temor a expresarse, y a medida que se libraban de los prejuicios, disfrutaban mejor la expresión por medio de los sonidos en sus diferentes formas.

**ACTIVIDAD:** Se realizaron los trámites necesarios para implementar en el Centro de Salud de Belén, una batería básica de instrumentos musicales, útiles para musicoterapia, como también un equipo de sonido y una discografía elemental para tales fines.

**RESULTADOS:** Solamente se logró elaborar un listado de las cosas básicas necesarias, y obtener el apoyo de la autoridad del Centro y de personas de la comunidad para la recaudación de fondos; pero debía obtenerse la garantía de que no faltara un estudiante de EPS, de parte de la escuela de Psicología, para poder tener la continuidad del programa, pues de parte de un servidor, había la total disposición de transmitir lo alcanzado hasta el momento en la materia, y el ofrecimiento de una asesoría posterior.

---

<sup>53</sup> Como “mensaje musical”, se entenderá, no solamente el enviado por la letra de una canción, sino por todo estímulo sonoro que al ser recibido produce una reacción, como respuesta al mismo.

## **CAPÍTULO IV**

### **ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS.**

#### **SUBPROGRAMA DE SERVICIO:**

La utilización de la música como una alternativa de expresión encaminada al desarrollo integral de la persona, no es algo habitual que una población lo tome en cuenta, por tanto si no se tiene confianza en la persona que dirige un programa de esta naturaleza, difícilmente se llega a profundizar en su alcance; por lo que es de vital importancia ir ganando terreno en la credibilidad del programa; los juegos y la actividad musical es tomada como un pasa tiempo y solo para personas que desean distraerse un momento, sin embargo cuando a medida que se realizan las actividades, la gente que participa en ello va descubriendo poco a poco un algo interior que le proporciona cierta seguridad en sí misma, y paulatinamente descubre esa necesidad de aclarar su canal de comunicación, no solo con el mundo exterior, sino también con su mundo interior. Es necesario proporcionarles a los participantes un ambiente puro, en el sentido que estará alejado de los prejuicios que son los que justamente inhiben nuestra expresión, hasta anularla completamente al grado que una persona puede pensar que nunca podría llegar a cantar o bailar o declamar etc. En cierto sentido, se puede decir, son las experiencias un tanto represivas en la vida, las que limitan nuestros canales de comunicación, sumados a otros aspectos como el cultural, que tiene una gran responsabilidad y que se encuentra muy ligada con la anterior. Dentro del factor cultural, se desprenden otros no menos importantes, pero que le son inherentes, como lo es el económico, el educativo, y que como herencia tenemos una historia de opresión, que en lugar de vivir la vida nos la hace sobrevivirla. Esto determina en cierta medida, la conducta de incredulidad presentada por los participantes, cuando sus motivos de consulta la mayoría de veces iban dirigidos hacia el comportamiento indeseado de los demás, y al enfrentarse a las sesiones, la actividad estaba dirigida hacia ellos; no se enfocaban a lo que le pasa al otro, sino como se sentían ellos, o que en lugar de tratar el problema del motivo de consulta, se empezaba con juegos, cantos, percutir objetos, etc. Posteriormente el expresarse musicalmente, y descubrir en ellos otras potencialidades y abrir otros canales de comunicación, encuentran paulatinamente nuevas formas de solución a sus problemas, o simplemente lo que antes era un problema, no lo sentían más así porque habían descubierto nuevas cualidades en los demás que antes se encontraban ocultas.

Al contactar las escuelas que atiende el Centro de Salud en su programa, facilitó de cierta forma el hecho de que dichas escuelas se habían beneficiado con anteriores programas, sin embargo fue muy notorio el interés manifiesto por un programa completamente nuevo, como el de usar la música como una alternativa de desarrollo. En las maestras despertó curiosidad algunos cambios de actitud observados en algunos alumnos, y por lo tanto eran constantes las consultas que realizaban, pero a pesar de eso, no todas ellas se lograban integrar en las actividad con los niños, en el mejor de los casos fungían como observadoras a la actividad, y en algunos otros mantenían una figura siempre

represiva con infinidad de excusas. Esto pone de manifiesto la necesidad de abarcar las diferentes esferas educativas y sociales para implementar una nueva forma de ver las cosas y abordar los problemas.

Las charlas con dinámicas de expresión apoyadas con cantos y juegos, se convirtieron en la ventana apropiada para observar a los niños en varios aspectos; sirvió mucho, entre otras cosas, a conocer las normas y reglas como algo positivo para la relación entre los participantes. Los niños que por temor no habían participado, se daban cuenta que sí eran capaces y que los demás sí los respetasen; otros podían poner a prueba sus propias cualidades y por consiguiente les fortalecía su autoestima.

Con los líderes comunitarios, se presentó como obstáculo muy fuerte, el factor tiempo de parte de ellos, como para tener una profundidad en el desarrollo del programa; sin embargo no hubo desinterés, puesto que la ayuda logística para la participación del adulto mayor y la realización del festival de clausura fue determinante. Con los líderes escolares se permitió la multiplicación de actividades expresivas, de las cuales ellos se convirtieron en fieles portadores y animadores en respectivas comunidades educativas.

Los niños a quienes por detectársele una problemática particular eran referidos al grupo de musicoterapia, iniciaban su participación con una fuerte barrera defensiva porque al estar en la sesión imaginaban que se les remarcaría una vez más su conducta indeseada, y conforme transcurría la sesión se daban cuenta que solo se trató de cantar, jugar, percutir objetos y que la pasaban muy bien compartiendo con más personas, por tanto se daban cuenta al final que se habían auto-descubierto cosas nuevas, y que podían hacer cosas que en lugar de despertar desaprobación de los demás surgía lo contrario y los hacía sentirse mejor. Al final se percataban, que podían mantener el equilibrio entre "expresar lo que se siente y respetar a los demás".

La experiencia con el grupo de musicoterapia que se formó con los casos referidos por las escuelas y el centro de salud, permitió conocer la importancia de una comunicación más espontánea real y sincera a través de una expresión libre, usando el sonido, la música y el movimiento como vehículo para la misma. El ambiente generado dentro del grupo de musicoterapia, facilitaba los canales de expresión, sobre todo cuando la actividad propuesta era primera vez que se la proponían, y conforme se daba el avance de la misma, más se afianzaba la confianza que les permitía actuar. En los padres de familias, que en la mayoría de casos eran las madres, al acompañar a sus hijos y presentar el motivo de la consulta, manifestaban muchos aspectos de esas conductas indeseables y poco a poco dejaban entre ver esa figura negativa que tenían de sus propios hijos, y una pobre imagen que tenían de ellas mismas; por consiguiente esperaban que esas afirmaciones de la figura problemática de los hijos fueran reforzadas por el terapeuta, sin embargo, el plano les cambiaba cuando se sentían conducidas a encontrar esos valores positivos, no solo de sus hijos sino

que de ellas mismas. Es aquí cuando luego de una acción catártica provocada por las actividades de expresión musical y de movimiento, los participantes intuían los aspectos positivos que les hacen tener una nueva forma de ver los problemas y por consiguiente, poderlos enfrentar. Expresiones como: *“nunca me había reído tanto”, “no sabía que pudiera hacerlo”, “ahora ya nos comunicamos más con mis hijos”, “quería que mi esposo también participara, por eso lo traje ahora”*; dejan notar el redescubrimiento que los participantes hacían de ellos mismos, por tanto también surge el deseo de hacerlo extensivo a otros miembros de su familia.

En los casos individuales, fue de vital importancia el hecho que la música, además de funcionar como un elemento relajante y de establecer una relación más confiable con las personas atendidas, fue una ventana efectiva para la introspección y vencer las barreras propuestas que impedían ver más allá de los problemas y llegar a la raíz del mismo. Esto permitió mayor facilidad en el desarrollo del proceso terapéutico, y las personas a quienes se les brindó la atención, lograron tener un mejor control sobre aquellas conductas que por ser incontroladas, les perturbaba su relación con los demás.

El festival artístico en cada una de las escuelas en las que se desarrolló el programa, logró como cometido principal, el de dar a conocer todas aquellas cualidades artísticas de sus miembros, que son producto de propia expresión, y sobre todo porque están estimuladas por las reglas internas establecidas desde un inicio, y que consistían en el respeto mutuo ante las expresiones de los demás. El conocerse y respetarse mutuamente las formas de expresión artística, efectivamente crea un ambiente más fraterno y de cooperación, y desata la creatividad y el deseo de compartir entre sus miembros; como también deja entre ver los roces y desavenencias que impiden una buena armonía, sobre todo en asuntos de organización. Estos aspectos fueron muy notorios a la hora de realizar la actividad en las tres diferentes escuelas que cubre el Centro de Salud; por consiguiente al detectar estas debilidades organizativas se pueden subsanar implementando más actividades de autoconocimiento y de relación entre una comunidad, en este caso, educativa. Otro aspecto que vale la pena hacer notar en este análisis, es el hecho competitivo que estas actividades generan, y que constituía una de las barreras que debía vencer el programa; por lo tanto reforzando el punto de que *“mi actuar es solamente un canal para comunicar algo de mí a los demás”*, se logró tener un ambiente más festivo dentro de la misma escuela, aunque en aquella que había sobresalido sobre las otras en determinadas ocasiones, no dejaba de hacerse notar el deseo de organizar el festival lo mejor posible, no por demostrarse a ellos mismos de lo que son capaces, sino de demostrárselo a las demás escuelas que ellos son los mejores. Esta actitud, que aunque no era muy declarada, se mantenía latente; por lo que esta rivalidad fue encaminada hacia ellos mismos, es decir, buscar de ser mejor que uno mismo y no mejor que el otro.

Dentro del festival de clausura, se llevó a cabo uno de los propósitos de este programa, consistente en la convivencia entre diferentes generaciones, por

medio de una comunicación generada por la expresión artística. Dentro del desarrollo del mismo, fue notorio el entusiasmo y la ansiedad manifestada por los participantes, sobre todo los que actuaban por primera vez, además de una participación más sentida por quienes tienen habilidades artísticas desarrolladas, por el hecho que en esta ocasión no era competitivo. El ambiente festivo reinante en esa oportunidad, permitió un acercamiento más estrecho de toda la comunidad, admirando expresiones artísticas, desde los niños hasta los adultos mayores y desde los pacientes hasta el cuerpo médico, y todos unidos bajo una sola idea, "La expresión libre por medio del arte".

SUBPROGRAMA DE DOCENCIA:

Es evidente que uno de los primeros pasos es establecer la confianza en lo que se está realizando, máxime en este caso si se está abriendo el campo en una alternativa poco conocida en el fortalecimiento del desarrollo integral de las personas, como lo es la música y sus beneficios. Cuando se tiene una formación psicológica y una formación musical muy sólida se pueden encaminar los pasos hacia una especialización en musicoterapia, que como técnica no está plenamente desarrollada en nuestro país, ni mucho menos contamos con una carrera de este tipo; pero sin embargo con los talleres desarrollados se logra traer en cierta medida al plano conciente, el efecto musical sonoro, ya sea como receptores que como emisores, aunque el segundo proporcione mucho más ansiedad que el primero; pero al estar experimentándolo en primera persona, se puede ser capaz de transmitirlo, que era la finalidad perseguida en esta ocasión. La musicalidad es una aptitud que está inherente en cada ser humano, aunque en algunos esté más desarrollado que en otros, y otros la desarrollen por medio de una preparación esmeradamente particular, pero nadie tiene prohibido relacionarse con la música, tomándola en cuenta como un ordenamiento rítmico de sonidos, emitidos por la voz o algún instrumento<sup>54</sup>. Por lo tanto, los participantes en estos talleres de preparación, luego de experimentar una dimensión nueva en el uso del sonido, pueden usarlo como una valiosa alternativa en sus respectivas actividades, además de ampliar su conocimiento personal.

Con los niños promotores es importante hacer notar lo valioso que resulta el efecto multiplicador que ellos llevan a cabo en sus respectivas escuelas, quienes no solamente se sienten mejor y tienen una mejor imagen de ellos mismos, sino también se aprovecha su condición de líder para poderlo transmitir a los demás miembros de la comunidad.

Cuando los niños llegan a la escuela, han pasado gran parte de sus vidas con la familia, por tanto no es posible que los mismos no estén inmersos en el proceso educativo de sus hijos, o en asuntos de salud física y mental. El conocer los canales de comunicación que son funcionales con sus hijos, fue de los aspectos relevantes en los talleres, como también el comprender, más que solo interpretar, el verdadero mensaje lanzado por sus hijos por medio de sus

---

<sup>54</sup> Como definición de "música" carece de profundidad, pero es suficiente para formamos una simple idea, de acuerdo a lo que nos ocupa.

formas no verbales de comunicarse, y en especial la forma sonora. Analizar los estados pre, peri y posteriores a un momento de irritabilidad que generalmente hacían perder el control, proporcionaban un panorama de sus puntos fuertes y puntos débiles, por lo que al conocerlos, les proporcionaban una mejor idea de cómo combatirlos, comprendiendo y por ende mejorando la relación con los miembros de sus familias.

Para los profesionales de diferentes disciplinas afines a la salud y la educación, la música como forma de expresión para un desarrollo integral, es tomada como algo novedoso, sin embargo al principio no se logra encontrarse un sentido que encaje con la finalidad disciplinaria que se ejerce. A medida que se profundiza y se le conoce su valiosa utilidad, resulta ser una ventana vital para descubrir muchos aspectos importantes en el actuar de las personas, y también del autoconocimiento. Entre las barreras que se afrontan, se encuentra la falta de crédito propio ante el fenómeno de expresión musical, sobre todo cuando la experiencia musical se ha mantenido solamente de forma receptora y ahora se está ante una propuesta emisora y se desconocen esas habilidades; y la otra sobre la crítica que puede generar en los demás, y produce de alguna forma mayor ansiedad. La forma de experimentar y afrontar estos estados ansiolíticos, cuando son bien guiados, permiten conocerse de una mejor manera y por ende conocer mejor a los demás y poderlos ayudar a encontrar una mejor solución a sus problemas.

SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:

Por ser escasa la incursión en la investigación de la materia, se puede pensar en prologar el periodo de experimentación y observación de las reacciones del ser humano ante el fenómeno sonoro-musical, sobre todo en la población Guatemalteca, y poder utilizarlas como una alternativa efectiva en salud mental; sin embargo, por el hecho de ser muy poco conocida, hubo necesidad de ocupar una buena parte de tiempo en implementar justamente esa confianza que hacía falta en el método. A pesar de las dificultades de diversa índole, se pudo detectar que los participantes no fueron en ningún momento, insensibles al estímulo sonoro, y aunque en el aspecto de expresión hubo un poco más de resistencia debido a los temores y desconfianzas antes descritos, al ser estos resueltos, las respuestas al estímulo eran más evidentes y satisfactorias, logrando su cometido. Es así mismo importante acotar que, son dos canales por los que se debe guiar el fenómeno sonoro-musical, y sin llegar a establecer jerarquías, el primero en el estímulo sonoro en el cual la persona funge como receptor, quién luego de recibir el sonido, da una reacción como respuesta; y la segunda cuando es la persona misma quien emite el sonido ya sea con su propio cuerpo o por medio de un instrumento útil para el efecto. El formato anecdótico, da la pauta para saber cual de los aspectos se están tomando en cuenta, ya que se esperan reacciones diversas, cuando es sonido receptivo y cuando es sonido emitido, aunque para este último, es irrelevante la diferencia que puede existir entre el sonido emitido por el cuerpo, que el emitido por algún

instrumento<sup>55</sup>, pues se trata del uso del sonido como un canal de comunicación. Otra herramienta de mucha utilidad lo constituye la historia musical de la persona y comunidad que participa, porque dependiendo de esa experiencia cultural, se puede dar una mejor interpretación a sus reacciones, por consiguiente hay una mejor orientación en cuanto al auto-conocimiento y por ende a fortalecer su auto-estima, bastión importante en la salud mental.

Las impresiones de los participantes a las actividades artístico-musicales, demuestran en cierta forma el nivel de entrega obtenido, y sobre todo el redescubrimiento realizado en sus cualidades, algunas desconocidas y otras poco desarrolladas, o que de alguna manera fueron reprimidas en alguna etapa de su vida. Es notorio además que al conocer nuevas capacidades, descubrían otra forma de enfrentar los problemas y sus alternativas de solución, originadas por las recientes sensaciones producto de, las también nuevas, formas de expresarse y comunicarse.

Innumerables son las reacciones que se pueden observar en las personas ante los estímulos sonoros, las cuales al ser registradas, crean un marco anecdótico basado en las reacciones previas al contacto sonoro, durante y al finalizar el mismo. En los momentos previos a la actividad sonora, generalmente se observa una sensación de curiosidad por lo que vendrá; luego en el momento de actuar, se observa una ansiedad evidenciada desde una gran variedad de manifestaciones corporales, hasta las más diversas excusas verbales como mecanismos de defensa; y finalmente cuando se logra superar lo anterior, llega una sensación relajante producto del obstáculo superado y del efecto musical que se ha experimentado.

Una de las finalidades del presente programa, era justamente establecer una continuidad de este trabajo músico-terapéutico, e implementar en el centro de salud, una batería de instrumentos musicales y equipo, útiles para musicoterapia, con el afán que se pudiera profundizar más sobre este aspecto y pudiera darse un servicio cada vez mejor a dicha comunidad, sin embargo por diversas razones no fue posible su realización, sin embargo se deja la inquietud para que en futura ocasión sí se pueda llevar a cabo, y que la experiencia allí realizada sea de mucho beneficio.

---

<sup>55</sup> Abordamiento muy diferente deberá tener si se trata del análisis de un instrumento musical en forma académica, que en este caso se tomaría como “interpretación musical”, ya sea vocal o instrumental.

## **CAPÍTULO V**

### **CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.**

#### **CONCLUSIONES GENERALES:**

Siendo la música tomada como una alternativa de expresión y desarrollo en el ser humano, tiene frente a ella varias barreras que aún deben ser superadas; como la incredulidad de las personas, en que si realmente la música le puede ser de gran utilidad, puesto que aparenta ser solamente una actividad poco trascendente en su desarrollo personal; sin embargo cuando se encuentran ante ella en forma bien guiada, descubren un mundo inimaginable de posibilidades de desarrollo y de formas de disfrutarla, sobre todo, libre de todo prejuicio inhibitorio.

Otra de las barreras que la música como alternativa de desarrollo debe superar, es la confianza de parte de profesionales de disciplinas afines, y que la puedan incluir con mayor propiedad en su trabajo profesional. El desarrollo de la musicoterapia en nuestro país, deberá ser tomada muy en cuenta, puesto que en varios países lleva un considerable camino recorrido, y sus beneficios son muy valiosos.

Muy pocas personas se han dedicado al estudio de estos efectos de la música en el ser humano, en nuestro país, y por lo general lo hacen por iniciativa personal; casi siempre son los que profesan la música alternadamente con las ciencias psicológicas y/o médicas, sin establecerse una carrera específica de musicoterapia; por lo tanto la literatura se hacía un poco inaccesible, hasta antes que se difundiera el Internet, como fuente de información e investigación; sin embargo a pesar de lo anterior, aún es poca la investigación de campo, en nuestro medio.

#### **SUBPROGRAMA DE SERVICIO:**

La formación de valores por medio de juegos y dinámicas, favorecen en la asimilación de los mismos, en poblaciones infantiles y de adolescentes. A través de la música en cualquiera de sus manifestaciones, y de los juegos, se fortalecen los vínculos de respeto humano, niveles de tolerancia, se eleva el autoestima, y se regulan las conductas agresivas, entre tantos otros beneficios.

La participación de los líderes comunitarios, es de mucho valor; puesto que son los que mejor conocen las características particulares de la comunidad; y es de suma importancia al involucrarlos en el proceso; aunque es necesario coordinar el tiempo y las acciones concretas en que pueden participar. En el aspecto logístico de las actividades, los líderes comunitarios son un bastión importante para el desarrollo de los programas.

El canal de expresión libre que ofrece la música, permite a los participantes, liberarse de prejuicios y disfrutar mejor de nuestro actuar, permitiendo establecer un mejor clima de confianza tanto en primera persona, como también

favorecer la aceptación de los compañeros de actividad. Permite conocer otros aspectos en la personalidad, no solo propia sino también en la de los demás, que aunque si han convivido juntos desde hace tiempo, estas permanecían ocultas.

Cuando se realizan actividades, aunque por muy culturales que se promocionen, siempre dan una sensación de competencia, y que solamente es para unos pocos elegidos con dotes artísticos; por lo que un programa de expresión a través de la música, crea un clima más incluyente y de respeto ante la expresión de los demás.

En el medio escolar, resulta de suma importancia abrir campo a programas encaminados al desarrollo integral del alumnado por medio de la expresión artística, pero no de una manera competitiva, o cualquier otra forma excluyente, sino que al contrario, de una manera incluyente, en donde lo más importante es el autoestima y mejorar la propia imagen para sí mismo, que por consecuencia lógica, mejora también para los demás.

Las dinámicas de expresión, como los cantos y juegos, crean en forma paulatina la plataforma ideal para que las personas con alto grado de timidez, encuentren la confianza necesaria para expresarse, y liberarse de los obstáculos inhibitorios, y puedan disfrutar mejor de su propia expresión.

La música, que en la forma más común es utilizada para efectos de distracción o relajación, usada en forma especial, resulta ser una herramienta eficiente como alternativa terapéutica; entre otras cosas, abre la ventana del recuerdo que puede permitir una vista introspectiva, y vencer las barreras que impiden llegar a la raíz de los problemas, además de incentivar un ambiente más cordial y de más confianza con el terapeuta.

#### SUBPROGRAMA DE DOCENCIA:

Los niños y jóvenes líderes en la comunidad educativa, dan un aporte importante al convertirse en promotores de salud mental, descubriendo la musicalidad innata de sus compañeros de clase, ayudándoles a desarrollar su confianza en la expresión musical.

La expresión musical es un vínculo ideal de comunicación entre los miembros de la familia, ya que a través de él se fortalecen los niveles de tolerancia y por ende el autoconocimiento, redundando en el beneficio de la relación familiar.

La música está formada por sonidos y duración de los mismos en su parte física, en la cual se relaciona con otras disciplinas científicas; y formada por sentimientos, ideas y emociones, que la relacionan con disciplinas humanísticas; vinculándose también con aquellas disciplinas sociales, y de casi cualquier otra índole. Los canales de comunicación que abre la expresión sonora, y la musical en forma particular, permite de alguna manera conocer y darnos a conocer ante

los demás, por tanto al tener un mejor panorama de lo que nos rodea, se puede tener una nueva visión de los problemas y de cómo poderlos enfrentar.

Los profesionales de cualquier otra disciplina se pueden beneficiar en su trabajo con la inclusión de la música como elemento de expresión y de conocimiento del ser humano, usándolo para beneficio de este.

SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:

Las impresiones de los participantes en programas musicales, presentan como común denominador, la sorpresa de sentirse diferente, o el descubrimiento de actitudes nuevas, motivadas por esta relajación musical, y dar camino a una expresión libre; y que además es notado por otras personas, sobre todo cuando se mantiene esta actitud de cambio por un tiempo relativamente largo.

Son dos los canales por los que se puede guiar el estímulo sonoro-musical: el primero es la receptividad; que provoca diferentes reacciones, desde un estado relajante hasta uno totalmente irritable dependiendo el manejo del mismo; el segundo es responsabilidad de la emisión de dicho estímulo, provocando reacciones diversas que fortalecen el auto-conocimiento, el auto-control, y el auto-estima entre otras.

La receptividad del estímulo sonoro-musical suscita la reacción de estados introspectivos, que pueden ser bien aprovechados para fines psicoterapéuticos más profundos.

Una actividad músico terapéutica, de acuerdo a la naturaleza de su mensaje, provocará determinada reacción en los participantes, relacionadas con factores como edad, gusto musical, nivel e historia cultural, nivel de tolerancia, auto control, y aspectos particulares en la historia personal que junto a lo encontrado dentro de una muy buena historia clínica, permiten orientar el proceso hacia la obtención del mejor provecho en el desarrollo integral.

“La música como una alternativa de expresión y desarrollo” es un programa que necesita de un seguimiento, por parte de entidades comunitarias e institucionales, para alcanzar sus máximos beneficios; en la comunidad del Centro de Salud de Belén, a pesar que no se logró darle continuidad al presente programa, si se encontró una buena disposición para realizarlo, quedando en las personas o instituciones que así lo deseen, profundizar en este interesante tema.

**RECOMENDACIONES GENERALES:**

Enfrentar las barreras que presenta la música como alternativa de expresión y desarrollo, iniciando su superación por medio del abordamiento que se le puede dar a la misma; es decir que a medida que se experimenta y se lucha contra los propios prejuicios, se descubren sus propios satisfactores.

Iniciar mentalizándose con el siguiente pensamiento: "no hago música para que me admiren o critiquen, sino que para mi propia satisfacción", lógicamente esta desinhibición deberá ser asistida por una guía adecuada, a menos que la persona tenga una fuerte voluntad y sea muy disciplinada, como para realizarlo de forma solitaria.

Lograr la confianza de profesionales de disciplinas afines, es de vital importancia, pues de alguna manera, si la conocen o la han experimentado de alguna manera, podrán hacer uso de ella de la forma como crean conveniente para aprovechar su beneficio; a su vez pueden aportar otros puntos de vista de acuerdo a su propia experiencia.

Como no se cuenta en nuestro país con una carrera tan especializada como la "Músicoterapia", se debe aprovechar el trabajo de algunos profesionales que han unido su conocimiento científico de medicina y/o psicología con el arte musical, y de esa manera realizan actividades músico-terapéuticas, y la experiencia que han adquirido puede ser de mucha utilidad si la transmiten por medio de talleres o cursos, de esta manera se estará contribuyendo al desarrollo de esta joven disciplina.

**SUBPROGRAMA DE SERVICIO:**

Continuar con la implementación del presente programa de parte de los diferentes centros de E.P.S. apoyados por la universidad; no solo a nivel de centros de salud, sino también dentro de planes educativos, en donde a través de actividades musicales a nivel de expresión se puedan fortalecer valores importantes dentro de una comunidad, como lo es el respeto mutuo, la solidaridad, tolerancia y la regulación de conductas agresivas, entre muchos otros; encaminando de esa manera a la población atendida hacia un crecimiento colectivo.

Tomar en cuenta la valiosa colaboración que ofrecen los líderes comunitarios, que al involucrarlos en el proceso aportan el conocimiento que tienen de la población a atender y de esta manera se transforman en agentes de cambio, y son de gran ayuda en el aspecto logístico de las actividades a realizarse, para las representaciones de dicha expresión músico-artístico.

Antes de iniciar una sesión músico-terapéutica, se deben dar las reglas de la actividad en forma clara, precisa y en un lenguaje sencillo para que sean fácilmente entendidas por los participantes; poniendo especial énfasis en el respeto y la tolerancia a todo tipo de expresión. Crear por todos los medios un

clima de confianza y aceptación de unos a otros, y motivando la participación total. Uno de los temores más frecuentes de los participantes, es el ponerse en evidencia, sobre todo en aspectos donde no se sienten seguros; por tanto es de vital importancia crear este clima de aceptación y confianza; y que en muchas ocasiones se logra con la exposición artística ante otras personas, a quienes también se le ha hecho conciencia que no se actúa para buscar la aprobación de los demás sino para satisfacción personal.

#### *SUBPROGRAMA DE DOCENCIA:*

El objetivo central se encuentra en descubrir y desarrollar la musicalidad innata, que de una u otra forma se ha ido perdiendo, y que al hacérsela descubrir a niños y jóvenes de una comunidad educativa, estos se transforman en agentes multiplicadores, convirtiéndose en buenos promotores de salud mental.

Para aprovechar de mejor manera los beneficios de las sesiones músico-terapéuticas, es importante que los participantes lo tomen como una forma nueva y efectiva de comunicarse dentro de su propia familia, y así de esta manera fortalecer el autoconocimiento de sus miembros y entre ellos.

La relación de la música con otras disciplinas científicas es muy amplia, por lo que se pueden relacionar las experiencias e ideas del presente proyecto con otras de ciencias afines; en donde sería de mucho beneficio para la población que se atiende, como también para el profesional que la aplica, porque al penetrar al mundo de la expresión musical, son muchas las sensaciones satisfactorias que se obtienen.

#### *SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN:*

Muchas son las variantes que pueden surgir de un programa de expresión por medio de la música; y cada una nos puede llevar a más descubrimientos en cuanto a su beneficio; sin embargo es necesario empezar con la sensibilización musical, que no es otra cosa más que combatir esos inhibidores ocasionados especialmente por los prejuicios sociales.

Dentro de una adecuada sensibilización musical, se deben manejar diferentes factores como: edad de la población, gusto musical, nivel e historia cultural, tolerancia, hábitos y particularidades en su historia personal.

Para alcanzar los máximos beneficios de la música como una alternativa de expresión y desarrollo, es importante tomar en cuenta el aporte real de la música misma, y darle un seguimiento conciente, desde un punto de vista científico, humanístico y social; empezando con implementar talleres dentro de la universidad, dirigidos a estudiantes que estén previos a iniciar trabajos de E.P.S.; así como la motivación necesaria para el seguimiento de programas relacionados con música y Psicología.

**BIBLIOGRAFÍA.**

- Alvin, Juliette. "MÚSICA PARA EL NIÑO DISMINUIDO" Editorial Ricordi, Buenos Aires. 2da. edición. Traduc. del Inglés por Walter Liebling.
- Alvin, Juliette. "MUSICOTERAPIA" Editorial Paidós Educator. Barcelona, Traducción de Enrique Molina de Vedia.
- Benenzon, Rolando O. "LA NUEVA MUSICOTERAPIA" Editorial Lumen. Heimsy de Gainza, Violeta Viamonte, Buenos Aires. Wagner, Gabriela
- Benenzon, Rolando O. "MANUAL DE MUSICOTERAPIA" Editorial Paidós Educator. Barcelona. 2da. edición.
- Gaynor, Mitchell L. "SONIDOS QUE CURAN" Ediciones Urano, S.A. Aribau, 142, Pral.- 08036 Barcelona. www.mundourano.com
- Godwin, Joscelyn "ARMONÍAS DEL CIELO Y DE LA TIERRA" Ediciones Paidós Ibérica. S.A. Mariano Cubí. 92 - 08021 Barcelona y Editorial Piados, SAICF. Defensa, 599 - Buenos Aires www.paidos.com
- González, María Elena. "DIDÁCTICA DE LA MÚSICA" Editorial Kapeluz, Moreno, Buenos Aires.
- Leichtentritt, Hugo. "MÚSICA, HISTORIA E IDEAS" Editorial Arte y Literatura, Ciudad de la Habana, 1978
- Schaefer, Charles E. "MANUAL DE TERAPIA DE JUEGO" Editorial El Manual Moderno, S.A. de C.V. México D.F.
- Schoch, Rudolf. "EDUCACIÓN MUSICAL EN LA ESCUELA" Editorial Kapeluz. Moreno, Buenos Aires.
- Varios Autores. "CLÍNICA FAMILIAR BELÉN" Proyecto de Práctica. Guatemala, enero de 1997. Obra citada. "A la Orilla de la Ciudad", Bastos , Santiago - Camus, Manuela.
- Varios Autores. "LA SALUD MENTAL EN GUATEMALA, IDEAS Y REFLEXIONES" Editado por el Ministerio de Salud Pública y Asistencia Social, y la Representación en Guatemala de la Organización Panamericana de la Salud. (OPS/OMS)
- Willems, Edgar "EL OÍDO MUSICAL" Ediciones Paidós Ibérica. S.A. Mariano Cubí. 92 - 08021 Barcelona y Editorial Piados, SAICF. Defensa, 599 - Buenos Aires www.paidos.com

## **ÍNDICE**

	Pág.
CARÁTULA	1
SÍNTESIS DESCRIPTIVA	2
INTRODUCCIÓN	3
<b>CAPÍTULO I</b>	
DESCRIPCIÓN DE LA COMUNIDAD	6
DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN REQUIRIENTE	9
DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN BENEFICIADA	11
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	11
<b>CAPÍTULO II</b>	
ABORDAMIENTO CIENTÍFICO, TEÓRICO METODOLÓGICO	12
OBJETIVO GENERAL	28
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	28
METODOLOGÍA DE ABORDAMIENTO	29
<b>CAPÍTULO III</b>	
<u>PRESENTACIÓN DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS</u>	
SUBPROGRAMA DE SERVICIO	31
SUBPROGRAMA DE DOCENCIA	35
SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN	36
<b>CAPÍTULO IV</b>	
<u>ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS</u>	
SUBPROGRAMA DE SERVICIO	39
SUBPROGRAMA DE DOCENCIA	42
SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN	43
<b>CAPÍTULO V</b>	
<u>CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES</u>	
CONCLUSIONES GENERALES	45
CONCLUSIONES, SUBPROGRAMA DE SERVICIO	45
CONCLUSIONES, SUBPROGRAMA DE DOCENCIA	46
CONCLUSIONES, SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN	47
RECOMENDACIONES GENERALES	48
RECOMENDACIONES, SUBPROGRAMA DE SERVICIO	48
RECOMENDACIONES, SUBPROGRAMA DE DOCENCIA	49
RECOMENDACIONES, SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN	49
BIBLIOGRAFÍA	50
ÍNDICE	51