

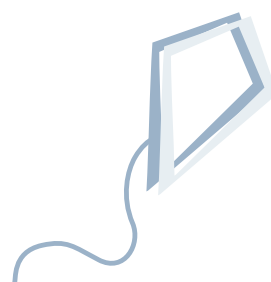


GOBIERNO
DE ESPAÑA

MINISTERIO
DE EDUCACIÓN

MUSICOTERAPIA

SALUD



 AULA
MENTOR

educacion.es



Nipo: 820-09-239-X

Autoría:

Raquel Pascual Toca

Colaboración en contenidos:

Natalia Garrido Rosa

Edición de contenidos:

Noemí Sánchez Gómez

Desireé Prieto Dueñas

Diseño gráfico de portada:

Lorena Gordo López

INTRODUCCIÓN A LA MUSICOTERAPIA USO DE LA MÚSICA GRABADA

índice

Módulo A /Acercamiento a la musicoterapia

Unidad didáctica 1: Introducción a la musicoterapia

- 1.1 Definición de musicoterapia
- 1.2 Historia de la disciplina
- 1.3 Métodos de musicoterapia
- 1.4 El papel de la música grabada, el objetivo del curso

Módulo B/La música y sus elementos de comunicación

Unidad didáctica 2: El lenguaje de la música

- 2.1. El sonido y el silencio
- 2.2. El ritmo
- 2.3. La melodía
- 2.4. La armonía y polifonía

Unidad didáctica 3: Los instrumentos y la voz

- 3.1. Clasificación de los instrumentos
- 3.2. Lo sonoro y el mundo que nos rodea
- 3.3. Paisaje sonoro, una reflexión sobre nuestra audición
- 3.4. La voz




Módulo C/Paseo por la historia de la música

Unidad didáctica 4: Música clásica

- 4.1. Los pueblos del antiguo oriente
- 4.2. La Antigüedad Clásica
- 4.3. La Edad Medieval
- 4.4. El Renacimiento
- 4.5. El Barroco
- 4.6. El Clasicismo
- 4.7. El Romanticismo
- 4.8. Los Nacionalismos
- 4.9. El Impresionismo
- 4.10. La Época contemporánea

Unidad didáctica 5: Música Popular y del mundo

- 5.1. El folclore y sus funciones en la sociedad
- 5.2. En África
- 5.3. En la India
- 5.4. En Oriente
- 5.5. En América del Sur y Centroamérica
- 5.6. En América del norte
- 5.7. El folclore en España



Unidad didáctica 6: Música moderna

- 6.1. La música popular del siglo XX
- 6.2. La música pop
- 6.3. La música rock
- 6.4. La música disco, dance y el house
- 6.5. El rap y el hip hop
- 6.6. El blues y el jazz

Módulo D/Efectos de la música

Unidad didáctica 7: Efectos de la música en el cuerpo

- 7.1. El impacto de la música a nivel físico
- 7.2. La melodía y las emociones
- 7.3. El estímulo musical favorece el nivel cognitivo y mental
- 7.4. Hilo musical: La música funcional

Unidad didáctica 8: La cara oculta de la música

- 8.1. Usos nocivos de la música. Música en Guantánamo.
- 8.2. ¡Atención! Crisis provocadas por la música
- 8.3. Epilépsia musicogénica
- 8.4. Gusano musical



Unidad didáctica 9: Casos prácticos del uso de la música grabada.

- 9.1. Música para llevar al dentista
- 9.2. Canción para trabajar el sentimiento de grupo y el cuidado
- 9.3. Música para el postoperatorio
- 9.4. Biografía musical

MÓDULO A: Acercamiento a la Musicoterapia

Objetivos:

1. Aprender lo que es Musicoterapia.
2. Asimilar la situación actual de la Musicoterapia en España y en el mundo.
3. Conocer los diferentes métodos que se utilizan.
4. Centrar el objetivo general del curso: el uso de la música grabada.

Introducción a la Musicoterapia

UNIDAD DIDÁCTICA 1

Índice:

- 1.1. Definición de Musicoterapia.
- 1.2. Historia de la disciplina.
- 1.3. Métodos de musicoterapia.
- 1.4. El papel de la música grabada, el objetivo del curso.

1.1. Definición de Musicoterapia

Como en otras disciplinas existen muchas definiciones de Musicoterapia, a continuación aparecen las más significativas. Primero definiciones de tres musicoterapeutas de diferentes nacionalidades y corrientes y luego dos definiciones de las agrupaciones más importantes de la Musicoterapia a nivel mundial.

Kenneth Bruscia musicoterapeuta, lo define como: *“Proceso dinámico de intervención donde el musicoterapeuta ayuda al paciente a mejorar su salud utilizando experiencias musicales y las relaciones que se desarrollan por medio de estas que actúan como fuerzas dinámicas de cambio”*

Rolando Benenzon define Musicoterapia: *“La Musicoterapia es un proceso histórico vincular, dentro de un contexto no verbal, entre el terapeuta y un paciente o grupo de pacientes. Las características de este contexto son:*

- *La repetición de las formas expresivas.*
- *La descarga de energías internas sin la modificación y/o distorsión de los mecanismos de defensa.*
- *El reconocimiento de las identidades sonoras de cada uno de los que intervienen en la relación vincular.*
- *La posibilidad de elección y uso de múltiples y variados elementos que se convertirán en objetos intermediarios para favorecer el pasaje de energías en la relación vincular.”*

Juliette Alvin lo define: *“La musicoterapia es el uso dosificado de la música en el tratamiento, la rehabilitación, la educación, reeducación y el adiestramiento de adultos y niños que padezcan trastornos físicos, mentales y emocionales”*

La Asociación Mundial de Musicoterapia la define: *“La Musicoterapia es la utilización de la música para conseguir objetivos terapéuticos: la restauración, mantenimiento y mejora de la salud mental y física. Es la aplicación de la música, dirigida por un musicoterapeuta en un contexto terapéutico a fin de facilitar cambios en la conducta. Estos cambios ayudan a que el individuo en terapia se entienda mejor a sí mismo y a su propio mundo, llegando así a adaptarse mejor a la sociedad. Como miembro de un equipo terapéutico, el musicoterapeuta profesional participa en el análisis de los problemas individuales y en la selección de objetivos generales de tratamiento antes de planificar y dirigir actividades*

musicales. Se realizan evaluaciones periódicas para determinar la efectividad de los procedimientos empleados”.

La Federación Mundial de Musicoterapia en el congreso celebrado en el año 1996 la define: *“Musicoterapia es la utilización de la música y/o de sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía, armonía y silencio) por un musicoterapeuta cualificado, con un paciente o grupo, en el proceso diseñado para facilitar y promover comunicación, relación, aprendizaje, movilización, expresión, organización y otros objetivos terapéuticos relevantes, con el fin de lograr cambios y satisfacer necesidades físicas / sensoriales, emocionales, mentales, sociales y cognitivas.*

La Musicoterapia tiene como objetivo desarrollar el potencial y/o reparar funciones del individuo para que así pueda alcanzar la integración inter e intrapersonal y, consecuentemente, una mejor calidad de vida a través de la prevención, rehabilitación o tratamiento.”

Date cuenta que todas las definiciones tienen en común las siguientes palabras:

- Paciente, participante, sujeto.
- Musicoterapeuta cualificado, profesional.
- Proceso.
- Música, instrumentos.
- Cambio, salud.

Si hay ausencia de alguna de estas palabras no se trata de Musicoterapia, puede ser Educación Musical, experiencia musical o la utilización de la música para un momento concreto.

1.2. Historia de la disciplina.

La Musicoterapia es una disciplina relativamente joven, a pesar de que la música se ha utilizado en todas las culturas desde épocas ancestrales como apoyo a la curación y como herramienta preventiva.

Como has visto anteriormente en las definiciones es aplicada por un musicoterapeuta cualificado, actualmente en el mundo hay diferentes formaciones, hay países en los cuales la musicoterapia es una licenciatura, una carrera de grado, un master o un posgrado. En España hay diferentes formaciones universitarias y no universitarias que ofertan la formación y suelen ser de dos o tres cursos lectivos.

Pero no existe una carrera como tal de musicoterapia y los musicoterapeutas cualificados que existen son profesionales de otras disciplinas relacionados con la salud, la educación o la música que cursan los masters o postgrados existentes.

La proliferación en España de la Musicoterapia ha dado lugar a que se confundan muchos conceptos, es una terapia complementaria y no alternativa. No es mágica y no se encuentra al margen de otras terapias verbales y médicas, y puede ser utilizada complementariamente con otras terapias en colaboración y equipo o de manera única en diferentes ámbitos:

- Salud: Hospitales públicos en diversas unidades infantiles y de adultos, centros de salud.
- Apoyo educativo: Centros públicos y privados educativos ordinarios y de educación especial.
- Social: Cárceles, centros de menores, centros de atención en drogodependencias, centros culturales con menores en riesgo social.
- Psiquiatría: Centros de rehabilitación, hospitales.
- Tercera Edad: Centros de día, asociaciones de Alzheimer y Parkinson.
- Desarrollo personal: Centros de terapias como prevención y tratamiento.

1.3. Métodos de Musicoterapia

¿Cómo se utiliza la música, de qué manera y para qué se utiliza? Esta es una pregunta muy amplia a la que en este curso no es posible contestar, de hecho es una cuestión que no se podría comprender leyendo un texto, ya que son aspectos que se pueden entender solamente a través de la vivencia y la música. Pero lo que sí que puedes comprender es un esbozo del uso de la música y unos pequeños trazos acerca de los diferentes métodos que existen en Musicoterapia. Simplificándolo mucho, se pueden dividir en dos grandes bloques:

- Musicoterapia receptiva: se aplica música grabada o en directo adecuada al proceso terapéutico del paciente o grupo. Se utilizan, además, técnicas verbales, corporales y creativas (como la pintura o la escultura) para la intercomunicación entre el paciente y el terapeuta. El método más representativo de la Musicoterapia receptiva es el método GIM (Imagen guiada con música). Existen otros métodos donde el sonido y la aplicación de determinadas frecuencias son su fundamento como el método Tomatis.

- Musicoterapia activa: Existen muchos métodos en los cuales el paciente toca instrumentos, canta y se mueve. La base de la terapia es la música en directo e improvisada. La música que se crea se puede adaptar al tiempo de cada paciente y a sus necesidades. Es flexible y es una experiencia creativa y estética. Los modelos más significativos son el método Nordoff- Robbins, Modelo Alvin, Modelo Riordon- Bruscia y Modelo Bruscia. En todos estos métodos la improvisación es la base de la terapia y crear música es una poderosa herramienta de comunicación y expresión básica para poder llevar a cabo un proceso terapéutico.

1.4. El papel de la música grabada, el objetivo del curso

La música grabada es accesible a todo el mundo y habitualmente estamos expuestos a cantidad de estímulos musicales. Cada estilo musical está creado con un objetivo de expresión y para crear en el oyente una determinada respuesta. En las siguientes unidades didácticas intentamos ofrecerte los contenidos necesarios para que puedas ser más consciente de los efectos de la música y puedas utilizarla de una manera más completa y adecuada en tu vida.





recuerda recuerda

- **“La Musicoterapia** es la utilización de la música para conseguir objetivos terapéuticos: la restauración, mantenimiento y mejora de la salud mental y física. Es la aplicación de la música, dirigida por un musicoterapeuta en un contexto terapéutico...”.
- **Musicoterapia receptiva:** donde el paciente o pacientes no tocan instrumentos ni tienen un papel activo, se aplica música grabada o en directo como apoyo en su proceso terapéutico.
- **Musicoterapia activa:** en la cual el paciente toca instrumentos, canta y se mueve. La base de la terapia es la música en directo e improvisada.

MÓDULO B: La música y sus elementos

Objetivos:

1. Reflexionar sobre la importancia del ritmo y sus funciones en una composición.
2. Manejar la variedad de ritmos y adquirir recursos para poder identificarlos en piezas musicales.
3. Reconocer la importancia de la melodía en las piezas musicales y su función en las mismas.
4. Capacitar de los conceptos básicos de la armonía y melodía.
5. Descubrir sus posibilidades comunicativas y de expresión de la música.
6. Conocer sobre que partes del cerebro interviene la música.
7. Conocer los distintos instrumentos y sus aplicaciones en la música.
8. Reconocer el mundo sonoro que nos rodea y sus implicaciones terapéuticas.
9. Aprender como la voz es un vehículo privilegiado de comunicación.

Lenguaje de la música

UNIDAD DIDÁCTICA 2

En esta unidad aprenderás:

- 2.1. El sonido y el silencio.
- 2.2. El ritmo.
- 2.3. La melodía.
- 2.4. La armonía y polifonía.

Módulo B: La Música y sus elementos de comunicación

El lenguaje de la música es elaborado y complejo. A continuación aprenderás una serie de conceptos básicos que te servirán para comprender un poco mejor la utilización de la música. Por otro lado te aportarán estrategias para entender las siguientes unidades didácticas. La terminología que vas a utilizar es básica y tiene un nivel bajo de complejidad, lo realmente interesante es que conozcas los factores y elementos que influyen en la música y el sonido para que ésta tenga un matiz triste o alegre, excitante o relajante, amoroso o despreocupado.

"La mente silenciosa encuentra la armonía de todas las cosas. Esa armonía siempre anhelada que se busca en vano en las imágenes sensoriales. Es la belleza perfecta, la que nunca hemos visto pero adivinamos que existe a través de los signos, las formas y los movimientos de todas las cosas. Esa belleza está ahí y la encontramos por primera vez en el silencio. El equilibrio que da sentido a todos los contrastes y las contradicciones, a todos los cambios, es el estado natural del silencio. Como si el universo en infinitos trozos separado y esparcido en todas direcciones, se reencontrara en la belleza gozosa de la Unidad. Como si aquello tan valioso que estaba perdido entre el caos incontable de múltiples realidades revelara de pronto la clave secreta de mi existencia única. Así es el silencio creador. Aprender a escucharlo es aprender a descubrir la vida como creación constante".

Consuelo Martín

El silencio creador, Ed. Mandala, Madrid, 1999, pg. 18

2.1. El sonido y el silencio.

Para poder comprender mejor el ritmo, la armonía y la melodía vamos a comenzar por la observación más esencial de la música, el sonido. Todos sabemos qué es un **sonido**, pero ¿qué factores influyen en éste para ser diferentes? Las cualidades del sonido nos despejarán esta cuestión.

- **Duración:** En relación a la duración, Schafer diferencia tres grandes grupos:
 - o Los sonidos breves; tan breves que es difícil distinguir fases en el desarrollo del sonido, como el ruido que produce un lápiz sobre una mesa.
 - o Los sonidos homogéneos, suficientemente largos. Quizá no permanezcan más que unos segundos, pero el sonido habría podido durar indefinidamente; como un silbido prolongado.
 - o Los sonidos formados; ni demasiado largos, ni demasiado cortos, de tal forma que se percibe claramente su forma. Un golpe seguido de su resonancia.

- **Altura:** Es producida por el número de vibraciones del sonido. Se refiere a la diferenciación de entonación. Para poderla discriminar es necesario dos sonidos uno agudo y otro grave.

- **Intensidad:** Es el volumen. En el sonido depende de la amplitud de las vibraciones. Puede tener muchos matices, pero se puede simplificar en fuerte, bajo y medio.

En el lenguaje musical se habla de forte (volumen fuerte) y piano (volumen suave). Murray Schafer diferencia las implicaciones de la intensidad en el cuerpo diciendo: el sonido fuerte se caracteriza por un gran peso, de ahí la sensación de empuje descendente por la fuerza de gravedad. El paso de suave a fuerte implica crecimiento, a una presión hacia delante. En cambio el paso de fuerte a suave provoca una sensación de liviandad. Hablemos del umbral del dolor con respecto a la intensidad, cuando el sonido sobrepasa una intensidad de 110-120 **db** provocan una lesión del tejido nervioso, es decir provoca algún daño interno. No es recomendable tener una exposición prolongada a la