

Una introducción a la musicoterapia

Autora:

María Jesús del Olmo Barros. Músico y musicoterapeuta

Musicoterapia en el desarrollo infantil

La música es una poderosa herramienta que el ser humano ha utilizado desde sus orígenes. Los elementos que la componen son el ritmo, base del movimiento y de la acción, la melodía que surge por medio de la voz, la armonía que parte de la creación musical, y otras características que encontramos bajo el nombre de "parámetros del sonido" y que son de carácter físico como la frecuencia o tono, medida en hertzios, la intensidad, que es el grado de fuerza sonora de un sonido y que se mide en decibelios, el timbre que viene determinado por el instrumento que produce el sonido, piano, violín, la voz de un adulto, un niño, mujer u hombre.... y por último la duración o periodo de tiempo audible de ese sonido.

El ser humano usa la música de muchas maneras, podemos decir que la música tiene muchas funciones, y es la terapéutica la que corresponde al término musicoterapia. La World Federation of Music Therapy (WFMT), Federación Mundial de Musicoterapia, en el año 1996 la definió como: el uso de la música y/o elementos musicales (sonido, ritmo, armonía y melodía) por un musicoterapeuta especializado con un cliente o grupo de clientes 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, emocionales, mentales, sociales y cognitivas...

En este sentido, se encuentran trabajos de diferentes autores que explican la importancia del uso de la música por parte de padres y educadores en el desarrollo infantil (Store, Campbell, Hardgreaves), pero tampoco se debe olvidar que la fundamentación del tema parte de los trabajos de los clásicos como Wallon, Piaget y Darwin, entre otros, que ponen de manifiesto en sus obras la cantidad de usos sonoros y musicales que utiliza el adulto en su comunicación y en sus acciones con los niños pequeños.

Las vocalizaciones que los padres y las madres

hacen con sus bebés, el balanceo para calmarles y dormirles, las canciones que utilizan para jugar con ellos y enseñarles pautas de comportamiento y conducta, en definitiva, hacemos un gran uso de la música y de los elementos musicales cuando nos comunicamos con los niños.

Si no cambiásemos el tono de nuestra voz al expresar nuestra emoción, seguramente los bebés no sentirían nuestro afecto o enfado, y les sería muy difícil entender nuestras emociones.

Los niños, desde muy pequeños, son capaces de distinguir diferentes tipos de emociones a través de la observación de las expresiones faciales de los adultos. Los niños pueden saber con facilidad lo que los demás sienten porque los sentimientos suelen reflejarse en el gesto facial, pero también reconocen distintos estados de ánimo y emoción por la entonación de la voz, su intensidad y el ritmo y acento de la frase.

Es por eso que cuando estamos con niños que presentan alguna alteración, o que tienen algún tipo de discapacidad sensorial (falta de visión o audición), el adulto debe tener en cuenta estos elementos musicales y sonoros en la interacción con el niño para favorecer su desarrollo.

Los estados emocionales son transparentes, se puede mentir con las palabras, pero no con la voz y el gesto: "Las emociones son los hilos que mantienen unida la vida mental" (Le Doux, J., 1999) Los impulsos de ver, oír, tocar y gustar son tan naturales e intensos como el deseo de comprender. Se sabe, además, que cuando las emociones surgen, se convierten en elementos motivacionales de conductas futuras, y esto es muy importante en el desarrollo infanto-juvenil.

La musicoterapia también produce cambios a nivel físico, psicológico y socio-afectivo, por ejemplo, se encuentran cambios en la frecuencia cardiaca y respiratoria, en la tensión arterial y en las ondas cerebrales. Las respuestas psicológicas, se manifiestan en la mirada, sonrisa, llanto y sueño de los niños, y en cuanto a las respuestas socio-afectivas se observan cambios en la interacción

grupal en los juegos y actividades lúdicas.

Es reconocida la importancia que tiene el sonido y la música para el desarrollo de la percepción y la atención en la primera infancia. La educación y cuidado de un niño es algo que se debe contemplar de forma global. Su buen desarrollo dependerá de la manera en que nosotros nos acerquemos a él y hagamos del mundo que tiene por descubrir algo coherente y bello.

La música tiene mucho que ofrecer en este sentido, y el uso terapéutico de ella es algo que día a día se va afianzando en ámbitos como el sanitario y el educativo.

Músicas para escuchar con los niños:

A continuación se reseña una pequeña selección de algunas piezas musicales clásicas para escuchar con los niños. Ninguna de ellas sobrepasa los 5 minutos de duración y este es un dato a tener en cuenta a la hora de hacer la selección de la discografía que se va a utilizar con ellos:

- “La Máquina de escribir”. Anderson L.
- “Septimino”, op. 20 tempo de minuetto. Beethoven
- “El Aprendiz de brujo”. Dukas, P.
- “Minuetto del quinteto para cuerda”. Boccherini.
- “Sinfonía nº 101, El reloj” Andante. Haydn
- “En un mercado Persa”. Ketelbey
- “El Sueño de una noche de verano”: Danza de los Payasos. Mendelssohn
- “Sinfonía de los juguetes”, Allegro. Mozart
- “Contradanza KV 535. La Batalla”. Mozart
- “Los pájaros, La gallina”. Respighi
- “La bella durmiente” Vals. Tchaikovsky
- “Variaciones Goldberg”. JS Bach
- “Concierto nº 5 de Brademburgo”. JS Bach
- “El carnaval de los animales” Saint-Saëns

Una página divertida de ver y escuchar:

<http://aam.blogcindario.com/2007/08/00545-I-anderson-la-maquina-de-escribir-arreglo-para-conjunto-de-metales.html>

Una página para saber algo más del tema:

www.tuleitmotiv.com

Referencias:

1. Darwin, Ch. (1872/1998). La expresión de las emociones en los animales y en el hombre. Madrid: Alianza
2. Campbell, D. (2001). El efecto Mozart para niños. Madrid: Urano
3. Hardgreaves, D. J.: Infancia y educación artística, Ed. Morata, 1991.
4. Ibarrola, B (2004): Cuentos para sentir, SM, Madrid 2004.
5. L. Doux, J. (1999) El cerebro emocional. Barcelona: Planeta
6. Olmo del, M J. (2007) “Música y emociones” Irene y pablo en el mar, la granja, la ciudad y la casa”. Madrid: SM
7. Storr, A. (2002). La música y la mente. El fenómeno auditivo y el porqué de las pasiones. Madrid: Paidós.
8. Rodríguez, C. (2006). Del ritmo al símbolo. Los signos en el nacimiento de la inteligencia. Barcelona: ICE-Horsori.
9. Trevarthen, C. (1997). Motor Impulses and Communicative Musicality: Origin and Development of Timing and Expression in Vocal Play with infants. Edimburgo: Edimburgo University Press.