

## TÉCNICAS ALTERNATIVAS

Cristina Garcia Nuñez; M<sup>a</sup> Dolores Vera Poveda

Hospital General Universitario de Elche. Alicante

[cristinagarcia\\_cgn@hotmail.com](mailto:cristinagarcia_cgn@hotmail.com)

### RESUMEN:

Paciente de 12 años que acude a consulta por presentar trastornos de conducta así como múltiples síntomas somáticos en los que se descartó patología orgánica. El paciente tras ser valorado por psiquiatría fue diagnosticado de trastorno oposicional desafiante mas marcado con su madre. El paciente no aceptaba acudir a consulta con psicología mostrándose callado cuando acudía a las consultas. Tras esto, el paciente fue llevado a sesiones de musicoterapia acudiendo una vez por semana a las mismas. a los tres meses aproximadamente de haber comenzado con estas sesiones el paciente comenzó a permanecer en el colegio durante toda la jornada escolar, así como fueron desaparecieron progresivamente todas las quejas somáticas previas y según refería la madre mejoró su comportamiento en el domicilio. a los pocos meses de comenzar la mejoría el paciente dejó de acudir a dichas sesiones coincidiendo con una mejoría generalizada de la clínica de inicio.

## TÉCNICAS ALTERNATIVAS

MC: Paciente de 12 años que acude a consulta por presentar trastornos de conducta que dificultaban la convivencia en el domicilio así como su rendimiento y funcionamiento académico.

Antecedentes personales: No RAM. No HTA. No DM. No patología orgánica conocida. No hábitos tóxicos. No intervenciones quirúrgicas. Infancia sin incidencias. No traumatismos craneales conocidos.

Antecedentes psiquiátricos personales y familiares: No conocidos hasta el momento actual.

Enfermedad actual: Tras la separación de sus padre el paciente debutó en su domicilio y de forma progresiva con trastornos de conducta, mostrándose desafiante, irritable y resentido. Actitud que era más evidente hacia la madre con la que convivía. Tras unos 8 meses de trastorno de conducta, los padres comentaron la situación con su pediatra fue remitido para valoración por su psiquiatra de zona.

El paciente tras ser valorado por psiquiatría fue diagnosticado de trastorno oposicionista desafiante. El paciente fue citado de forma programada para control en su Unidad de Salud Mental de zona.

El paciente se negaba a acudir a consulta con psicología, y, cuando lo hacía se mostraba callado, irritable y desafiante durante toda la entrevista.

Tras esta negación a colaborar en las entrevista, el paciente fue llevado como terapia alternativa a sesiones de musicoterapia acudiendo una vez por semana a las mismas. Al principio de acudir a las sesiones el paciente reprimía sus expresiones de felicidad cuando se daba cuenta de ser mirado por sus compañeros de grupo, esta actitud fue cambiando progresivamente hasta extinguirse. La mejoría comenzó a notarse primero en su centro educativo para ir mejorando posteriormente en casa. A los tres meses de haber comenzado con estas sesiones el paciente comenzó a permanecer en el colegio durante toda la jornada escolar, así como no mostrando actitudes desafiantes y acatando las normas de sus profesores. A los 3 meses acatar algunas normas sin discutir ayudando con ello a generar menos tensión con sus hermanos y madre, siendo por ello más fácil la convivencia en el domicilio. A los pocos meses de comenzar la mejoría, el paciente dejó de consintió en ir a la cama en el horario indicado por su madre y empezó a acudir a dichas sesiones.

### **Metodología utilizada:**

Método MD Vera.

Uso de música clásica y música de relajación.

Basado en selecciones de rondós, adagios y andantes.

### **¿Qué es la musicoterapia?**

La musicoterapia es una herramienta cada vez más difundida en nuestra sociedad y que va aumentando el número de usuarios que recurren a ella, siendo utilizada como una herramienta para realizar diversas intervenciones tanto terapéuticas como educativas.

La musicoterapia se sirve de sonidos, piezas musicales y estructuras rítmicas para conseguir diferentes resultados terapéuticos directos e indirectos tanto a nivel psicológico como psicomotriz, orgánico y energético. Dentro de la musicoterapia hay diversas tendencias o escuelas, entre ellas destacamos la ambiental y la MIT.

## TÉCNICAS ALTERNATIVAS

La musicoterapia ambiental se encarga básicamente de diseñar espacios sonoros amables, acogedores y tranquilizantes en salas hospitalarias y lugares de concentración pública.

La MIT (Terapia de Entonación Melódica), desarrollada en el hospital de veteranos de Boston, se utiliza para ayudar a recuperar el habla a enfermos que por diversos motivos (tumores, circulatorias) la han perdido. A nivel de estimulación psicomotriz temprana y dentro de los programas educativos regulares y especiales, se utiliza la musicoterapia para facilitar el aprendizaje y la coordinación.

Otro tipo de escuela es la musicoterapia que usa tonos puros, así como frecuencias particulares conformando parte de un código específico de información que estimula puntos o zonas del cuerpo físico o del campo energético humano para equilibrar funciones orgánicas o psicológicas concretas.

Ha sido evidenciado experimentalmente que la música y sus componentes fundamentales (estructuras rítmicas, escalas, tonos, etc.), producen patrones de actividad eléctrica cerebral ya que los sonidos son frecuencias electromagnéticas, también produce efectos fisiológicos incluyendo entre otros: cambios en la frecuencia respiratoria, la presión arterial, la frecuencia cardíaca y niveles hormonales.

Lo anteriormente expuesto sobre que la música tiene algún efecto positivo sobre nuestro sistema nervioso es defendido por un estudio realizado en la Universidad de California, que demostró que los niños que se exponen a la música de Mozart antes de una prueba de inteligencia demuestran un mejoramiento en la puntuación al ser comparados con un grupo control. Los investigadores concluyeron que la música de Mozart, que es básicamente una serie de variaciones complejas y brillantes sobre temas sencillos, activa unas vías neurológicas que resultan en un mejoramiento en la capacidad intelectual demostrada en una prueba. Aunque este efecto es pasajero algunos investigadores lo interpretan en el sentido de que cierto tipo de música logra unos cambios favorables.

Hay quien defiende el valor de esta terapia por el efecto distractor que produce ya que es conocido y difundido que la distracción puede tener efectos favorables sobre la percepción del dolor. Es cierto que la música puede actuar distrayéndonos y apartando nuestra atención de eventos desagradables. Esto se basa en que esta terapia tiene capacidad de evocar sentimientos y estados de ánimo que pueden ser de gran ayuda para controlar no sólo el dolor sino la percepción del mismo así como ayudar a lo que le rodea (ansiedad, temor).

Hay investigadores que defienden que la música, cuando se introduce a edades tempranas, puede tener efectos favorables permanentes sobre el sistema nervioso.

Los musicoterapeutas también defienden su uso para mejorar el aprendizaje, favoreciendo ejercicios rítmicos para mejorar la coordinación y la resistencia física. La música cuando es bien utilizada y en manos expertas puede facilitar el contacto con bloqueos emocionales concretos y favorecer la catarsis necesaria que puede ayudar a la resolución del conflicto. Los expertos en terapia musical nos explican que los sonidos pueden afectar a la salud tanto positiva o negativamente, defendiendo que el sonido es un elemento importante para la salud del individuo y que es usado para una amplia variedad de problemas médicos habiendo encontrado evidencia de las ventajas de esta terapia además de disminuir el dolor, también ayudar en mejorar la memoria (utilizado en pacientes con diagnóstico de Parkinson) y reducir el estrés.

## TÉCNICAS ALTERNATIVAS

Como hemos dicho anteriormente y en relación al estrés y la ansiedad se ha empleado musicoterapia como un medio de aliviar la ansiedad de pacientes que han de ser sometidos a algún procedimiento quirúrgico. Se ha encontrado que los pacientes que escuchan música antes, durante y después de su cirugía sienten menos dolor y ansiedad, requieren menos medicamentos y se recuperan con mayor rapidez.

Otro de los múltiples estudios con esta terapia ha sido realizados en China con pacientes esquizofrénicos que tras un mes de terapia musical los pacientes mostraban menos síntomas. Mejoraron en su capacidad comunicativa y mostraron mayor interés en actividades externas.

### **Musicoterapia e historia.**

Al contrario de lo que mucha gente cree la musicoterapia tiene su origen casi en el origen de la especie humana siendo los chamanes los primeros "musicoterapeutas reconocidos", los cuales con sus ritos mágicos, cánticos, susurros, canciones y estructuras rítmicas repetitivas y ayudándose de la danza, la expresión corporal y la ejecución instrumental conseguían llevar a sus pacientes a diversos estados de conciencia con fines religiosos o catárticos.

En la cultura egipcia ya hay referencias del año 1500 A.C. en los papiros donde se hace referencia al encantamiento de la música relacionándola con la fertilidad de la mujer. Los egipcios creían que su Thot creó el mundo con su voz.

En la Biblia se describe como David efectuaba música curativa frente al rey Saúl. Hay muchas leyendas y ritos sobre el origen del universo en diversas culturas, jugando el sonido un papel decisivo llegando a ser para el hombre primitivo un medio de comunicación con el infinito

Los griegos dieron a la música un empleo razonable y lógico, sin implicaciones mágicas religiosas, utilizándola como prevención y curación de las enfermedades físicas y mentales.

Aristóteles hablaba del valor médico de la música y Platón la recomendaba con las danzas para los terrores y las fobias.

En el siglo XV, hay quien intenta dar una explicación física de los efectos de la música, uniendo la filosofía, medicina, música, magia y astrología.

En el siglo XVIII, se habló de los efectos de la música sobre las fibras del organismo, se le atribuyó un efecto triple a la música: calmante, incitante y armonizante.

En el siglo XIX, Esquirol, psiquiatra francés, ensayó la música para curar pacientes con enfermedades mentales. Tissot, médico suizo, diferenciaba la música incitativa y calmante.

En el siglo XX ha habido importantes investigadores de esta terapia como Emile Jacques Dalcroze, Edgar Willems, Karl Orff. Es interesante el dato de que tras la primera Guerra Mundial los hospitales de los veteranos americanos contrataban músicos como ayuda terapéutica, fundando en 1950 la Asociación de Terapia Musical. En la Academia de Viena se realizan cursos especializados de Musicoterapia. En América Latina se han desarrollado en los últimos tiempos varias asociaciones en Argentina, Brasil, Uruguay, Perú y Venezuela.

## **Conclusión**

La musicoterapia es un gran desconocido por la medicina tradicional y aunque no es sustitutiva en ningún aspecto de la misma, si podría ser una técnica alternativa a tener en cuenta en nuestro desarrollo profesional a raíz de los resultados obtenidos en los diversos estudios realizados.

## **Bibliografía**

- Juan José Lopera. Médico y terapeuta.
- Musicoterapia. Andrés Palomares. Psicólogo.
- Raúl Arqueros Voces. Músico, Naturópata. Presidente de la Asociación Salud y Música.