

Miguel Ángel Diví

MUSICOTERAPIA

Abordaje en salud mental infanto juvenil



prólogo de
Begoña Ibarrola



Desclée De Brouwer

miguel ángel diví castellón

Musicoterapia

Abordaje en salud mental infanto juvenil

Experiencias prácticas



Desclée De Brouwer

© 2020, MIGUEL ÁNGEL DIVÍ CASTELLÓN
© 2020, EDITORIAL DESCLÉE DE BROUWER, S.A.
Henao, 6 - 48009
www.edesclee.com
info@edesclee.com

ISBN: 978-84-330-3112-9
Depósito Legal: BI-01138-2020
Impresión: Grafo, S.A. - Basauri

Impreso en España - Printed in Spain

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley.

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos –www.cedro.org–), si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra.

Índice

Prólogo. <i>Begoña Ibarrola</i>	9
Movimiento I: La musicoterapia	15
La voz	26
El cuerpo	27
La música	29
Movimiento II: Encuadre de la infancia	31
Primeros años de vida: gestación e infancia	35
Adolescencia-Pubertad	36
Movimiento III: Nuevo modelo de musicoterapia. Salud mental en relación a la música	41
La salud	42
El bienestar	43
Psiquismo	45
ADIT	48
Movimiento IV: Experiencias musicales en salud mental infanto juvenil	59
La musicoterapia en la rehabilitación neurológica	66
Trastornos de la conducta alimentaria	82
Personas con discapacidad intelectual	87
Niños con trastorno del espectro autista (TEA)	101
Conflicto social. Trastornos psicóticos	109

Acto I: Actividades musicales aplicadas en salud mental infanto juvenil	119
Preludio	119
Interludio	145
Coda	167
Acto II: Política social en musicoterapia. Evidencia-Regulación-Práctica clínica	171

Prólogo

La Asociación Internacional de Musicoterapia la define como la utilización de la música y de sus elementos (sonido, ritmo, melodía y armonía) por un musicoterapeuta cualificado, con un paciente o grupo, en un proceso destinado a facilitar y promover comunicación, aprendizaje, movilización, expresión, organización u otros objetivos terapéuticos relevantes, a fin de asistir a las necesidades físicas, psíquicas, sociales y cognitivas. Tiene como objetivo descubrir potenciales y restituir funciones del individuo para que alcance una mejor organización interpersonal y, consecuentemente, una mejor calidad de vida.

La musicoterapia es una disciplina joven en nuestro país, no así en otros en que es una carrera universitaria, aunque tuve la suerte de ser contratada como musicoterapeuta por el Instituto Nacional de Asistencia Social en el año 1977, lo que me permitió poner en práctica durante muchos años esta especialidad terapéutica con niños y jóvenes con discapacidad intelectual y problemas de conducta, comprobando su eficacia y sus efectos en todos los ámbitos de la persona.

Desde entonces esta disciplina ha sido reconocida en todo el mundo y su práctica ha evolucionado a través de diferentes metodologías e investigaciones que permiten ampliar su espectro de aplicación. Se han desarrollado tesis doctorales, se han creado numerosas asociaciones, y cada vez más profesionales utilizan los elementos sonoros y musicales en su práctica diaria y en entornos terapéuticos de lo más variado, desde unidades de oncología infantil, unidades del dolor, grupos de violencia de género, centros de educación prenatal, institutos, residencias de ancianos, centros de menores en riesgo de exclusión social, centros de tratamiento a drogodependientes, y un largo etcétera.

La naturaleza no verbal de la música la convierte en un privilegiado medio de comunicación universal ya que el estímulo sonoro tiene un poder sobresaliente para penetrar en el cuerpo y en la mente, sean cuales sean las condiciones, características o niveles de inteligencia de los individuos. Estimula los sentidos, activa diferentes partes del cerebro, provoca emociones, facilita respuestas fisiológicas y psicológicas, energiza el cuerpo y la mente, favorece el acceso a estados de conciencia ampliados, potencia el aprendizaje, facilita la memoria, etc. Sus cualidades tienen el potencial de organizar internamente al individuo y al grupo, a la vez que posibilita el aprendizaje y adquisición de diferentes habilidades, tanto cognitivas como emocionales y sociales. El empleo de la música en los contextos terapéuticos permite por tanto que se abran nuevas vías de investigación en diferentes campos, desde el tratamiento del párkinson o el alzhéimer, al desarrollo de mecanismos de comunicación en el autismo, desde la discapacidad a la prevención de la salud, desde la creación del vínculo afectivo prenatal hasta el acompañamiento a pacientes terminales.

En el año 2000 se creó el Máster de Musicoterapia Avanzada y Aplicaciones, que depende de la Universidad Autónoma de Madrid siendo destacado entre los 10 mejores de la universidad española en los últimos años, y que hoy sigue en activo formando a profesionales que, desde diferentes campos de la educación, la salud, el trabajo social, etc. quieren desarrollar su profesión utilizando la música como herramienta terapéutica.

Desde entonces imparto clases de Psicología de la Música, el autor de este libro Miguel Ángel Diví, fue uno de mis primeros alumnos que ha tenido un gesto de generosidad al querer compartir su experiencia, dos décadas de trabajo con niños y adolescentes, con cualquier lector interesado en la práctica de la musicoterapia, y no solo en sus bases científicas y su fundamentación teórica, contribuyendo así a que la Musicoterapia sea conocida y valorada cada vez por más personas y en más ámbitos de nuestra sociedad. En el libro pretende reflejar algunas de sus experiencias sobre la práctica clínica en musicoterapia que ha llevado a cabo en diferentes entidades sociales. Es precisamente la salud mental uno de esos campos de aplicación en el cual la música ha demostrado ser un elemento terapéutico de primer orden.

Este libro lo ha diseñado y organizado como una pequeña sinfonía musical de ideas formada por cuatro movimientos en lugar de capítulos, renombrando además, algunos apartados y sub-apartados como partes de una pequeña ópera prima con sus preludios o sus arias. En ellos Miguel Ángel Diví pretende sumergir al lector en su experiencia personal y reflexiva sobre cómo percibe la construcción del sujeto en relación al hecho sonoro y musical interrelacionando la evidencia, su práctica clínica y su investigación.

En el primer movimiento presenta un breve encuadre sobre la musicoterapia, definiciones y principios o fundamentos en los que se basa. Actualmente estos principios básicos ya encuentran reconocida su evidencia en la práctica clínica, la investigación y la neurociencia. También nos detalla los efectos fisiológicos y psicológicos de la música que justifican su aplicación terapéutica, a la vez que aclara ciertas diferencias que existen entre educación musical y musicoterapia, analizando el papel de la música, la voz y el cuerpo en el proceso de musicoterapia.

En el segundo movimiento plantea el desarrollo de los diferentes lenguajes o formas de comunicación en el niño. Nos hace conscientes de que vivimos en un mundo rodeados de palabras y de diferentes lenguajes, el lenguaje verbal, el lenguaje no verbal, el lenguaje emocional, el lenguaje de las artes, el matemático, y la música también es un lenguaje que todos usamos, incluso antes de hablar. En este capítulo también nos descubre un dato interesante y que a la vez puede plantearnos la pregunta de cuánto dinero se emplea en prevención de la salud mental en nuestro país. Según la OMS casi el 50% de los trastornos mentales se inician antes de los 14 años de edad. Si fuéramos más conscientes de ello, la etapa educativa estaría considerada como potenciadora de la salud y el bienestar, no solo responsable del proceso de aprendizaje de los alumnos, etapa clave en la prevención y en la construcción de una personalidad sana y equilibrada.

Ya en este tercer movimiento se presenta un nuevo modelo de musicoterapia para el trabajo en salud mental. Para poder pensar en una fórmula de abordaje en salud mental infantojuvenil, el autor ha tratado de reflexionar sobre algunas hipótesis que versan sobre la salud, el bienestar, la inteligencia emocional,

la psicopatología los elementos de la música y las cualidades del sonido para ponerlos en común y tratar de desarrollar una teoría que nos puede aproximar a una mejor comprensión de los fenómenos internos-externos que afectan y están presentes en nuestro desarrollo evolutivo desde el primer momento. A la vez nos anima a reflexionar sobre su propuesta de una teoría en la que se incluyen parámetros musicales relacionados con el psiquismo, la salud y el bienestar.

Es el cuarto movimiento el que nos conecta con casos reales de menores con los que el autor ha trabajado, que han sido diagnosticados de diferentes trastornos a lo largo de sus veinte años de experiencia aplicando la musicoterapia a personas con trastorno mental grave. Además de analizar el encuadre referente a los modelos, las diferentes técnicas que se emplean habitualmente en el proceso y los recursos más empleados en musicoterapia, considera importante tener en cuenta las diferentes técnicas de musicoterapia y saber reconocerlas, aplicarlas en el momento adecuado y descubrir el circuito de la clínica del paciente que permite un proceso personalizado y eficaz.

Pero no solo es necesario conocer unas técnicas precisas y un modo de aplicarlas sino que también es necesario que el musicoterapeuta cuente con una serie de habilidades personales e interpersonales que le capaciten para desarrollar su trabajo de forma adecuada. Estas habilidades se pueden desarrollar, ya que no siempre forman parte del bagaje del musicoterapeuta, pero desde una visión ética de la profesión, sabemos que el proceso de mejora personal del profesional, se traduce en un mejor abordaje del proceso terapéutico.

A continuación el autor habla en primera persona, presentándose como un caso de estudio que nos abre puertas fascinantes de la investigación neurológica y nos acerca a comprender el potencial de la música y su impacto en procesos cerebrales. La rehabilitación neurológica, será sin duda, uno de los campos donde la musicoterapia mostrará todo su potencial ya que otros abordajes son más intrusivos y de riesgo. Los descubrimientos recientes sobre la influencia de la música en procesos cerebrales y cómo activa diferentes estructuras en todo el cerebro, solo hace aumentar la confianza de otros profesionales en esta profesión.

La bibliografía y los links que aporta en esta parte del libro son sumamente importantes para que los lectores puedan acceder a otro tipo de investigaciones donde la música y su aplicación terapéutica es de lo más variada.

También nos presenta casos de jóvenes que tienen trastornos de la conducta alimentaria o personas con discapacidad intelectual, niños con trastorno del espectro autista y jóvenes con trastornos psicóticos o conductas socialmente conflictivas. Su trabajo en diversos centros de menores, le permite mostrar una mirada realista y concreta sobre cada caso, en los que el autor se ha comprometido a realizar un trabajo terapéutico encaminado, como no podía ser de otra manera, a conseguir objetivos adecuados a la patología o problemática de los niños y jóvenes a los que atendió, siempre con la meta de mejorar su bienestar en integración social.

En el primer acto ya de la parte final de la obra, Miguel Ángel Diví nos ofrece una relación de actividades musicales relacionadas con el ritmo, la melodía, y la armonía, la duración, la intensidad y el timbre, acompañadas de los objetivos que se pretende conseguir y los materiales utilizados para ello.

Para concluir este libro hace una reflexión sobre la necesidad de incluir en el discurso de la política los beneficios de la musicoterapia. Se trata de dirigirse a las entidades, las políticas y a la sociedad en general para que la musicoterapia se integre dentro de los recursos que ofrecen actualmente servicios de salud y educación en nuestra comunidad. Ójala este libro contribuya a lograrlo.

Nos encontramos frente a un libro de imprescindible lectura para cualquier persona que quiera dedicarse a trabajar como musicoterapeuta, pero también puede resultar muy interesante para otros profesionales de la salud y para el público en general, que descubrirá potencialidades insospechadas en la música, un elemento tan presente en nuestra sociedad como el aire que nos rodea y que puede aportar elementos que mejoren nuestro bienestar y salud.

Begoña Ibarrola
Psicóloga, Musicoterapeuta y Escritora
Julio de 2019

Movimiento I: La musicoterapia

Tras dos décadas de experiencia en infancia y adolescencia tengo la necesidad de escribir este libro en el que pretendo reflejar algunas de mis experiencias sobre la práctica clínica en musicoterapia que he llevado a cabo en diferentes entidades sociales. Estas entidades me han brindado la oportunidad de desarrollarme personal y profesionalmente. Son asociaciones, fundaciones y otras entidades públicas y privadas que trabajan a diario por la salud mental, que defienden y protegen la salud y el bienestar de nuestros menores. Y los menores, los verdaderos protagonistas que me han ofrecido su confianza para abrir en ellos caminos y canales de comunicación mediante procesos musicoterapéuticos en espacios diseñados para mejorar aspectos de su vida cotidiana.

Este libro lo he diseñado y organizado como una pequeña sinfonía musical de ideas formada por cuatro movimientos en lugar de capítulos, renombrando además, algunos apartados y subapartados como partes de una pequeña ópera prima con sus preludios o sus arias. En ellos pretendo sumergir al lector en mi experiencia personal y reflexiva sobre cómo percibo la construcción del sujeto en relación al hecho sonoro y musical interrelacionando la evidencia, mi práctica clínica o la investigación.

También he retomado algunas de mis publicaciones en diferentes medios que he reeditado para configurar parte del contenido de este libro. Empezaré con un breve encuadre sobre la musicoterapia.

En 1950 nace la NAMT: National Association for Music Therapy (Asociación Nacional Americana de Musicoterapia) y es la primera en definir esta disciplina como el *“uso de la música en la consecución de objetivos: restauración, mantenimiento y acrecentamiento de la salud física y mental. Aplicación científica de la música para provocar cambios en el comportamiento, mejorar la salud y la calidad de vida...”* (1960).

Juliette Alvin (1967), una de las principales pioneras de esta especialidad científica, creó la Society for music therapy and remedia music, actualmente conocida como la “British Society for Music Therapy”. Para ella la musicoterapia era *“El uso dosificado de la música en el tratamiento, rehabilitación, educación y adiestramiento de adultos y niños que padecen trastornos físicos, mentales y emocionales”*.

Actualmente, la WFMT: World Federation of Musictherapy en el año 2011 la define como *“el uso profesional de la música y sus elementos como una intervención en entornos médicos, educacionales y cotidianos con individuos, grupos, familias o comunidades que buscan optimizar su calidad de vida y mejorar su salud y bienestar físico, social, comunicativo, emocional, intelectual y espiritual. La investigación, la práctica, la educación y el entrenamiento clínico en musicoterapia están basados en estándares profesionales acordes a contextos culturales, sociales y políticos”*.

Aunque quizá, la más renombrada haya sido la antigua definición de la Federación Mundial de Musicoterapia (WFMT) de 1996 que decía:

“La terapia Musical o musicoterapia consiste en el uso de la música y/o de sus elementos musicales (sonido, ritmo, melodía, armonía) por un musicoterapeuta, con un paciente o grupo, en el proceso diseñado para facilitar y promover la comunicación, aprendizaje, movilización, expresión, organización, u otros objetivos terapéuticos relevantes, con el fin de lograr cambios y satisfacer necesidades físicas, emocionales, mentales, sociales y cognitivas”.

“La Musicoterapia busca descubrir potenciales y/o restituir funciones del individuo para que este alcance una mejor organización intra y/o interpersonal y, consecuentemente, una mejor calidad de vida a través de la prevención y rehabilitación en un tratamiento”.

Algunos teóricos como R. Benenzon la denominan actualmente como una psicoterapia no verbal que utiliza las expresiones corpóreo - sonoro - no - verbales para desarrollar un vínculo relacional entre musicopsicoterapeuta y otras personas necesitadas de ayuda para mejorar la calidad de la vida y rehabilitarlas y recuperarlas para la sociedad; como así también producir cambios socio - culturales - educativos en el ecosistema y actuar en la prevención primaria de la salud comunitaria.

Para mí, la musicoterapia es la unión entre el deseo de ayudar a los demás y el amor hacia lo sonoro musical en un contexto terapéutico, con una o varias personas que tienen unas determinadas necesidades físicas, psicológicas o sociales determinadas en su historia y momento personal. Para ello, el profesional formado crea experiencias musicales orientadas a mejorar la salud, la expresión y la comunicación.

A considerar dos paradigmas, el de la terapia de la música vs la música de la terapia. En la primera ofrecemos una visión en la que la música, escucharla o producirla, por sí sola ya tiene unos efectos físicos, psicológicos y sociales asociados de manera inmediata y subjetiva, no obstante queda alejada en esta mirada la relación humana-terapéutica que debería regir en cualquier proceso terapéutico. En la segunda se otorgaría un mayor grado de responsabilidad al proceso de sintonía psicológica o rapport. “Para algunos psicoanalistas existen dos dimensiones de la música, la de “depósito del objeto a” y la del significante en su realidad material. Sustituye el tiempo imprevisto del objeto a por un tiempo regulado, ordenado, manipulado, con ritmo” Iván Ruiz.

La musicoterapia se ha basado inicialmente en una serie de Fundamentos o principios fundamentales como el de Ethos, el Holístico, el Homeostático, el de I.S.O., el Objeto intermediario, el Hedonista y el de Compensación.

- Ethos: basado en la concordancia que Platón atribuía a los sonidos y su semejanza o incompatibilidad con la persona.
- Holístico: para Altshuler, la música repercute en todo el organismo, cuerpo y mente de manera integral.
- Homeostático: habla del equilibrio personal. También sobre la capacidad del ritmo y de la melodía para regular la agresividad de las personas.

- I.S.O: Identidad sonora. Basado en el modelo de R. Benenzon y que encuentra diferentes niveles entre lo consciente y lo inconsciente.

Tabla 1

Universal	Inconsciente
Gestáltico	
Cultural	Preconsciente
Complementario	Consciente
Grupal	

- **Objeto intermediario:** La manera en la que los instrumentos musicales y los sonidos pueden ejercer una función intermediaria en los procesos de comunicación.
- **Principio de placer:** La experiencia musical como experiencia placentera, de placer estético e autoidentificación con los sentimientos que pueden emanar de la música.
- **Compensación:** Mediante la audición y la práctica instrumental el sujeto busca y elige la música capaz de suplir sus carencias.

Thayer expone tres principios fundamentales para la práctica musicoterapéutica:

1. *“El establecimiento o restablecimiento de las relaciones interpersonales”.*
2. *“El logro de la autoestima mediante la autorrealización”.*
3. *“El empleo del poder singular del ritmo para dotar de energía y organizar”.*

El Dr. Tony Wigram, hablaba de cómo *“la improvisación musical, de forma estructurada y flexible, es capaz de captar la atención y promueve el contacto y el juego recíproco; es decir, la interacción”.*

El Dr. Oliver Sacks, neurólogo y escritor considera la musicoterapia como una *“herramienta de gran poder en muchos trastornos neurológicos debido a su capacidad única para organizar la función cerebral cuando ha sido dañada”.*