



TÍTULO: Musicoterapia como estrategia de superación en el ámbito geriátrico: un enfoque desde el desarrollo local para un envejecimiento satisfactorio enmarcada en las relaciones y principios de la Educación Avanzada

TITLE: MUSIC THERAPY AS A STRATEGY FOR OVERCOMING CHALLENGES IN THE GERIATRIC FIELD: A LOCAL DEVELOPMENT APPROACH FOR A SUCCESSFUL AGEING FRAMED IN THE RELATIONS AND PRINCIPLES OF ADVANCED EDUCATION

Autor: Eliezer Ahmed Melo Abad,

Categoría docente: Profesor Auxiliar

Categoría científica: Master en E. Musical, Master en Ciencias de la Educación, Master en Didáctica de las Humanidades. Doctorando en Ciencias de la educación. Profesor Principal de la Carrera Arte de los Medios de Comunicación Audiovisual. Universidad de las Artes/ISA, Cuba

Correo electrónico: eliezerahmedmelo080@gmail.com

Móvil: +53 53475335

Resumen: El envejecimiento poblacional constituye un desafío global, requiriendo estrategias innovadoras que trasciendan el enfoque biomédico tradicional. La musicoterapia emerge como una disciplina con un potencial significativo para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, promoviendo un envejecimiento satisfactorio desde un marco holístico y comunitario. Este artículo propone la inclusión de talleres de musicoterapia en la preparación del médico de familia como una estrategia de superación profesional. A partir de una revisión teórica del modelo de Kenneth Bruscia (1), se analizan técnicas de musicoterapia y su aplicabilidad en geriatría. Se concluye con el diseño de un taller estructurado en módulos, que dota al médico de herramientas para fortalecer el vínculo terapéutico, activar recursos comunitarios y promover el

desarrollo local, todo ello en sintonía con los principios humanistas de la Educación Avanzada.

Summary: Population aging is a global challenge, requiring innovative strategies that transcend the traditional biomedical approach. Music therapy emerges as a discipline with significant potential to improve the quality of life of older adults, promoting successful aging from a holistic and community framework. This article proposes the inclusion of music therapy workshops in the training of family physicians as a professional development strategy. Based on a theoretical review of Kenneth Bruscia's model (1), music therapy techniques and their applicability in geriatrics are analyzed. The article concludes with the design of a workshop structured in modules, equipping the physician with tools to strengthen the therapeutic bond, activate community resources, and promote local development, all in line with the humanistic principles of Advanced Education.

Palabras clave: Musicoterapia, Geriatría, Envejecimiento Satisfactorio, Médico de Familia, Atención Primaria de Salud, Creatividad, Desarrollo Local.

Keywords: Music Therapy, Geriatrics, Successful Ageing, Family Physician, Primary Health Care, Creativity, Local Development, Advanced Education.

Objetivo:

Proponer la inclusión de talleres de musicoterapia en la preparación del médico de familia, como parte de la atención primaria de salud, para dotarlo de herramientas que favorezcan el vínculo terapéutico y el desarrollo local.

Métodos:

Se realizó una revisión teórica basada en el modelo de Kenneth Bruscia (1), analizando técnicas musicoterapéuticas (improvisación, musicalización, uso de la voz, expresión corporal) y su aplicabilidad en contextos geriátricos, considerando aspectos como la demencia, la memoria, la institucionalización y la comunicación no verbal.

Resultados Esperados:

Se esquematiza una sesión tipo de musicoterapia, estructurada en entrada en calor, período de expresión corpóreo-emocional y período de expresión sonoro-musical. Se destaca la superación de estados de mutismo a través del gesto sonoro y la creatividad.

Introducción

El siglo XXI se caracteriza por una paradoja demográfica: el aumento de la esperanza de vida frente al desafío de garantizar una vejez con calidad. En Cuba, donde el sistema de salud se sustenta en la Atención Primaria, el médico de familia se erige como la figura central para abordar este reto. Sin embargo, su preparación debe evolucionar hacia un enfoque más integral y humanista, que incorpore estrategias complementarias a la medicina convencional.

La musicoterapia, definida como el uso profesional de la música y sus elementos para mejorar la salud física, emocional, mental y social de las personas (1), ofrece un marco teórico y práctico idóneo para este fin. Situar desde una apertura teórica y antropológica permite comprender su poder como lenguaje universal y facilitador de vínculos. Este artículo propone que la inclusión de la musicoterapia en la preparación del médico de familia, específicamente para su aplicación en geriatría, es una estrategia de superación profesional clave. Su implementación en el contexto del Policlínico Integral y Comunitario no solo beneficia al adulto mayor, sino que actúa como un catalizador para el desarrollo local, fortaleciendo el tejido social y comunitario.

Desarrollo

1. El Envejecimiento y la Geriatría: Hacia un Paradigma Satisfactorio

El envejecimiento es un proceso natural, heterogéneo y multifactorial que conlleva cambios físicos, psicológicos y sociales. La Geriatría, como especialidad, ha transitado desde una visión patologizante hacia la promoción de un "envejecimiento satisfactorio" o "exitoso" (2), que empatiza la adaptación, el mantenimiento de la funcionalidad y el bienestar subjetivo. La musicoterapia

se alinea perfectamente con este nuevo paradigma, al trabajar sobre la preservación de la identidad, la estimulación cognitiva y la gestión emocional.

2. Fundamentos de la Musicoterapia Interactiva en Geriatría

El modelo de intervención propuesto se basa en la musicoterapia interactiva, donde el paciente no es un receptor pasivo, sino un co-creador activo del proceso sonoro. Desde la perspectiva de Kenneth Bruscia (1), técnicas como la improvisación son centrales, permitiendo la expresión de emociones y conflictos que pueden ser inaccesibles verbalmente, especialmente en casos de demencia o mutismo. El silencio en sesión deja de ser un vacío para convertirse en un elemento significativo, una pausa cargada de intención o un momento de procesamiento interno.

Elementos clave en esta práctica incluyen:

- **El Gesto Sonoro:** Todo movimiento, por mínimo que sea, puede tener una intención comunicativa y sonora. Captar este gesto es esencial para establecer una conexión con adultos mayores con movilidad reducida o deterioro cognitivo (3).
- **La Memoria Musical:** La música actúa como un ancla autobiográfica, evocando recuerdos y emociones ligadas a la historia personal, lo que fortalece la identidad y reduce la desconexión provocada por la institucionalización (4).
- **La Voz:** Como instrumento propio y accesible, el trabajo con la voz (canto, vocalizaciones, recitado) promueve la autoexpresión y la regulación emocional (1, 5).

3. Esquema de una Sesión de Musicoterapia Aplicada

La estructura de una sesión tipo, diseñada para un contexto grupal en un geriátrico o círculo de abuelos, se organiza de la siguiente manera (1, 3, 6):

- **Entrada en Calor:** Utilizando música familiar y actividades rítmicas simples para romper la displicencia, generar confianza y conectar con el presente.

- **Período de Expresión Corpóreo-Emocional:** Mediante la danza libre, movimientos guiados con música o técnicas de percusión corporal¹, se facilita la liberación de tensiones y la conciencia corporal.
- **Período de Expresión Sonoro-Musical:** Es el núcleo de la sesión. Aquí se implementan técnicas como la improvisación con instrumentos sencillos (panderetas, claves, tambores), la musicalización de poemas o la creación literaria colectiva, las visualizaciones creativas con música y la expresión gráfica como respuesta a estímulos sonoros.

4. Vinculación con el Desarrollo Local y el Médico de Familia

El médico de familia, integrado en la comunidad, está en la posición ideal para identificar a los adultos mayores que más se beneficiarían de estas intervenciones (7). Promover talleres de musicoterapia dentro de la atención primaria:

- **Mejora la calidad de la atención**, yendo más allá del tratamiento de dolencias físicas.
- **Fortalecer el vínculo médico-paciente-familia**, al abordar al individuo de forma holística.
- **Activa recursos comunitarios**, pudiendo capacitar a líderes formales e informales de la comunidad para dar continuidad a las actividades, empoderando a la propia comunidad en el cuidado de sus adultos mayores. Incluyendo asesoría en la Casa de Cultura de la localidad (8).

¹ El arte de producir sonidos de percusión con el cuerpo en lugar de utilizar un instrumento musical.

Conclusión

La musicoterapia representa una herramienta viable y poderosa para el mejoramiento biosocial del adulto mayor (1, 4, 9). Su integración en la formación del médico de familia en la atención primaria puede fortalecer el modelo de salud cubano, fomentando un envejecimiento activo y con mayor bienestar, alineado con los principios del desarrollo local (8, 10).

En resumen, la musicoterapia constituye una estrategia de superación profesional invaluable para el médico de familia en el siglo XXI. Su aplicación en el ámbito geriátrico dentro de la atención primaria de salud no es un lujo, sino una necesidad para fomentar un envejecimiento satisfactorio. Al adoptar técnicas como la improvisación, el trabajo con la voz y la memoria musical, se logra mejorar significativamente la calidad de vida biopsicosocial de los adultos mayores. Esta integración representa un paso adelante en la humanización de la medicina y refuerza el modelo de salud cubano, demostrando cómo el arte, en vínculo con la ciencia, puede ser un pilar fundamental para el desarrollo local y comunitario. Se recomienda la implementación piloto de talleres de capacitación en musicoterapia para los equipos básicos de salud.

REFERENCIAS

1. Bruscia KE. Defining Music Therapy. 3rd ed. University Park, IL: Barcelona Publishers; 2014.
2. World Health Organization. Active Ageing: A Policy Framework. Geneva: WHO; 2002.
3. Benenzon RO. Manual de Musicoterapia. 2a ed. Buenos Aires: Paidós; 2011.
4. López Escobar AQ. Musicoterapia en Alzheimer: Propuesta de Intervención Psicopedagógica Centrada en Estudio de Caso [Tesis de Máster]. Valladolid, España: Universidad de Valladolid; 2015.
5. Vannay Allasia V. Musicoterapia en personas con Fibromialgia. Fresno de la Carballeda, Zamora: La Casita de Paz; 2014.
6. Ballivián Pol F, Maldonado T, compiladores. Intervenciones en Musicoterapia Enfoque humanista. Bolivia: [s.n.]; 2010.
7. Mesa Valiente y otros: Desempeño del médico de familia en la atención al adulto mayor frágil. *Programa del Médico y Enfermera de la Familia*. [Https://revmedmilitar.Sld.cu](https://revmedmilitar.Sld.cu) (2023)
8. Leivinson C. Estimulación de la creatividad en un grupo de mujeres adultas mayores de la Sierra Noroeste de Madrid [Tesis de licenciatura]. Buenos Aires, Argentina: Universidad del Salvador; 2007.

9. Oneca Carreras N. Musicoterapia: fundamentos, aspectos prácticos y aplicación a niños hospitalizados [Trabajo Fin de Grado]. Pamplona, España: Universidad de Navarra; 2015.
10. Palacios Sanz JI. El Concepto Musicoterapia a través de la historia. Rev Interuniv Form Profesor. 2001;(42):19-31.
11. Musicoterapia.es [Internet]. España: Asociación Española de Musicoterapia; [actualizado 2023; citado AAAA MMM DDD]. Disponible en: <https://www.musicoterapia.es/>
12. La Musicoterapia - Historia [Internet]. Mundo Música; [citado AAAA MMM DDD]. Disponible en: <http://www.portalmundos.com/historia-musicoterapia/>
13. Musitando - Escuela de Musicoterapia de Madrid [Internet]. Madrid: Musitando; [citado AAAA MMM DDD]. Disponible en: <http://www.musitando.org/>