

# LA MUSICOTERAPIA: LA FORMA O ESTILO MUSICAL COMO TRATAMIENTO EN LOS DESÓRDENES PSICOANÍMICOS\*

**Cristina Vargas**

*Licenciada en Música, Universidad de Costa Rica.*

RECIBIDO: 10-02-09 • APROBADO: 12-03-09

## RESUMEN

La musicoterapia es, hoy día, objeto de atención y estudio dada su aplicación en distintos problemas de salud humana de orden psicoanalítico.

Esta revisión incluye un bosquejo histórico sobre las distintas eras en el desarrollo de las llamadas formas musicales, la contribución de los grandes compositores en tal campo y los beneficios que se pueden obtener en la salud humana de algunas de las formas musicales.

El propósito es tomar distintas composiciones de músicos costarricenses como base para un programa integrado de musicoterapia aplicable a poblaciones de personas adultas mayores de nuestro país, ubicadas en asilos, albergues y centros de salud. Tal programa contaría con especialistas en Pedagogía, Psicología y Música.

**Palabras claves:** musicoterapia.

## ABSTRACT

Musicotherapy is actually a matter of attention and study because of its application in different health problems of psychoanalytical order.

This paper includes an historical background about the different eras in the development of the musical forms, the contribution in that field of the great world composers, and the benefits to the human health that may be obtained from some of the musical forms.

It is proposed then to take different compositions from costa rican musicians as a first step to formulate an integrated program of musicotherapy, elaborated by specialists in pedagogy, psychology and music, programs that may be used in third age populations located at different health institutions.

**Key words:** musicotherapy.

## ¿Qué es la música?

Han surgido, por razones de orden psicológico, social, cultural e histórico, múltiples y diversas definiciones que pueden ser válidas al momento de expresar qué se entiende por música.

Se puede definir como “el arte de organizar sensible y lógicamente una combinación de sonidos y silencios, utilizando los principios básicos de la melodía, la armonía y el ritmo, mediante la intervención de complejos procesos psicoanímicos” (Wikipedia, 2008).

\* *Texto parcialmente publicado en una revista digital.*

El fin de este arte es “suscitar una experiencia estética en el oyente, y expresar sentimientos, circunstancias, pensamientos o ideas”. “La música es un estímulo que afecta el campo perceptivo del individuo, así el flujo sonoro puede cumplir con variadas funciones (entretenimiento, comunicación, ambientación, etc.)” (Wikipedia, 2008).

Kamien (1980) nos presenta un panorama sobre el desarrollo y la historia de la música clásica según sus etapas y contribuciones de los más connotados compositores. El autor se refiere al estilo musical como la vía característica de usar la melodía, el ritmo, el color tonal, la dinámica, la armonía, la textura, y la forma.

La vía particular con que tales elementos son combinados, puede resultar en un sonido total que es distinto o único. El autor se refiere, luego, a que los estilos musicales cambian de una era en la historia, a la siguiente. Esos cambios son continuos. Aun más, los compositores, quienes usan el mismo

vocabulario musical, pueden crear una manera personal de expresión.

Kamien (1980) reafirma que el estilo musical es moldeado por los desarrollos políticos, económicos, sociales e intelectuales. Es por ello que para lograr comprender el estilo de una composición, se debe conocer cuál es su función en la sociedad. Según el autor, la historia del arte musical en la cultura occidental puede ser dividida en periodos (Cuadro N.º 1). Destaca, además, para cada período, no solo los principales estilos musicales sino los compositores que los caracterizaron (Cuadro N.º 1).

### La evolución de la música clásica. Los grandes genios

Para poder comprender a profundidad lo que es la forma y el estilo en la música, en sus distintas etapas de la historia y las contribuciones de los grandes

CUADRO N.º 1 HISTORIA DE LA MÚSICA

PERIODO	FORMA O ESTILO MUSICAL
Edad Media (450-1450)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Canto gregoriano.</li> <li>• Música secular.</li> <li>• Polifonía.</li> <li>• El nuevo arte en Francia e Italia.</li> </ul>
Renacimiento (1450-1600)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Música sacra: el motete. La misa.</li> <li>• Música secular: música vocal.</li> <li>• El madrigal.</li> <li>• Música instrumental.</li> </ul>
Barroco (1600-1750)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El concierto <i>grosso</i>. La fuga. La ópera.</li> <li>• La sonata. La suite. El coral. La cantata.</li> <li>• El oratorio.</li> </ul>
Clásico (1750-1820)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• La sonata. El tema y variaciones. El minuetto y trío.</li> <li>• El rondó. La sinfonía y concierto clásicos.</li> <li>• La música de cámara clásica</li> </ul>
Romántico (1820-1900)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El canto. El nacionalismo.</li> </ul>
El siglo XX (1900-1950)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El impresionismo y el simbolismo. Neoclasicismo.</li> <li>• Expresionismo. Sistema tonal dodecafono.</li> <li>• Serialismo. Música electrónica. Música aleatoria.</li> <li>• Microtónica. El jazz. El blues. El living.</li> <li>• El ragtime. El rock.</li> </ul>

Tomado de Kamien (1980).

compositores, se debe recurrir a una enciclopedia impresa o virtual.

## Hacia la aplicación de la música con fines terapéuticos

En *Wikipedia* (2008) se menciona:

“parece comprobado que la música ejerce sobre los organismos, en particular sobre el sistema nervioso, una influencia notable, hasta el punto de ser utilizada para favorecer la curación de determinadas dolencias”...“a lo largo de la historia, la música ha sido considerada como beneficiosa por sus efectos físicos y psicológicos curativos, destacándose actualmente la influencia de sus elementos estructurales (frecuencia, longitud de onda, timbre, melodía, armonía y ritmo), en los estados de relajación. El ritmo y las letras sí influyen en la conducta de quienes escuchan determinada música, aunque el efecto varía dependiendo de la susceptibilidad del receptor. Existen análisis científicos que comprueban la influencia de la música en la conducta humana”... “La música influye en el ritmo respiratorio, la presión arterial, las contracciones estomacales y los niveles hormonales. Los ritmos cardíacos se aceleran o se vuelven más lentos de forma tal que se sincronizan con los ritmos musicales. También se sabe que la música puede alterar los ritmos eléctricos de nuestro cerebro”... “La música puede afectar la salud positiva o negativamente. Los investigadores han producido evidencia de la habilidad de la música en disminuir el dolor, mejorar la memoria y reducir el estrés”.

## La musicoterapia

A pesar de que la musicoterapia tiene sus orígenes en el siglo XVI, la aplicación de formas y de estilos musicales, en distintos problemas de orden psicoanalítico, ha tomado especial impulso a partir de los estudios de Chabris (1999), publicados en la prestigiosa revista *Nature*. Chabris se refiere al llamado “efecto Mozart”, el que ha sido ampliado al “efecto Beethoven” y que, conforme se realicen otros estudios científicos, se aplicará a otros grandes compositores.

La musicoterapia consiste, entonces, en el uso de la música dentro de una estructura de trabajo con un fin terapéutico; sus objetivos incluyen el restaurar, potenciar o mantener el funcionamiento

físico, emocional, cognitivo o social de las personas. Dicha técnica es ejercida por profesionales capacitados, denominados musicoterapeutas, quienes integran áreas tan diversas como música, psicología y pedagogía, en un marco teórico y, por lo tanto, una metodología de trabajo ([http://www.eluniversal.com.mx/notas/vi\\_472026.html](http://www.eluniversal.com.mx/notas/vi_472026.html)).

La musicoterapia en una de sus aplicaciones con efecto relajante para el descanso muscular y psicofísico de la persona, ha recurrido a algunas composiciones de distintos autores:

<b>Beethoven=</b>	Minueto, Sinfonía heroica, para Elisa, sonata Claro de Luna.
<b>Brahms=</b>	Vals op. 39 N.º 15, Canción de cuna.
<b>Bach=</b>	Largo de concierto en la, suite en si bemol, concierto de brandeburgo.
<b>Schubert=</b>	Sinfonía inacabada, Ave María.
<b>Vivaldi=</b>	Concierto para oboe.
<b>Mozart=</b>	Andante.
<b>Chopin=</b>	Tristeza.
<b>Albinoni=</b>	Adagio.
<b>Saint-Saens=</b>	Carnaval de los animales.
<b>Offenbach=</b>	Barcarola.
<b>Tchaikowsky=</b>	La sexta sinfonía.
<b>Debussy=</b>	El mar. Claro de luna.
<b>Wagner=</b>	Preludio de Parsifal.
<b>Fajerman=</b>	Flowers of love.
<b>Stivell=</b>	Renacimiento del arpa.

## Obras estimulantes

<b>Wagner=</b>	La gran marcha de Tannhauser. El final de los Maestros cantores, la Obertura de Rienzi.
<b>Dvorak=</b>	Sinfonía N.º 5 del Nuevo Mundo.
<b>Boccherini=</b>	Minueto.
<b>Mozart=</b>	Minueto don Juan.

<b>Borodin=</b>	El Príncipe Igor.
<b>Popular escocesa=</b>	Días lejanos.
<b>Popular napolitana=</b>	Santa Lucía.

### Obras energizantes

<b>Elgar=</b>	Marcha de Pompa y Circunstancia N.º 1.
<b>Verdi=</b>	Marcha triunfal de Aida.
<b>Tchaikowsky=</b>	Marcha eslava.
<b>Mozart=</b>	Marcha turca, las bodas de fígaro, Serenata, Sinfonía Júpiter.
<b>Faure=</b>	In paradosum.
<b>Toselli=</b>	Serenata.
<b>Rossini=</b>	Obertura de Guillermo Tell.

Tomado de: Alonso (1993).

Tal es el ímpetu que la musicoterapia ha tomado en años recientes, y con el fin de darle una base científica, es que se han organizado, en el nivel internacional, variadas actividades universitarias como en Alemania, Reino Unido, Brasil, Argentina, México, Chile, Perú y los Estados Unidos, entre otros. Por ejemplo, con la coordinación de Armas-Torres (2008), se dictó, en Perú, un curso de posgrado en la Universidad de San Marcos. Este curso consta de siete grandes unidades que incluyen: una introducción a la musicoterapia, la influencia de la música en la actividad humana, las bases científicas, la estimulación prenatal y en los servicios de obstetricia, en la educación especial, en la persona adulta mayor y en las aplicaciones médico-quirúrgicas.

Otro curso de posgrado, ofrecido por la Escuela de Verano ReCreArte (Vitoria-Gasteiz, 2008), se basa en seminarios sobre musicoterapia, área de música y acústica, área de psicología, área de integración de las artes y área de prácticas e investigación. Se ofrecen, además, seminarios sobre análisis de casos clínicos, experiencia práctica con un caso práctico y un proyecto final del posgrado.

Vargas-Cullell (2004), en una exhaustiva revisión sobre músicos costarricenses, anota que, para el periodo 1790 a 1940, había un total de 27 considerados como compositores. Sin duda alguna, salvo unas pocas excepciones, la contribución de tales músicos fue en canciones con melodías representativas de la época y que, a no dudarlo, despiertan recuerdos a una población costarricense que, según los últimos estudios, corresponde a un importante porcentaje de población adulta considerada como de la tercera edad o adulta mayor.

Según el último informe del *Programa Estado de la Nación 2007*, la población mayor de 64 años ha aumentado de 215.471, en el año 2001, a 257.551 para el 2006. Lo anterior implica una mayor atención de la salud para este grupo etario. Además de los problemas de orden psicológico, las enfermedades incapacitantes también requieren de cuidados especiales con una carga familiar fundamental.

Sarkamo T. *et al* (2008) realizan uno de los más importantes estudios sobre los efectos del enriquecimiento de un ambiente con sonidos, en la recuperación del daño neurológico en los humanos. Los autores anotan que el escuchar música activa una amplia y diseminada red bilateral de las regiones cerebrales relacionadas con la atención, el procesamiento semántico, la memoria, las funciones motoras y el procesamiento emocional. El estudio consistió en una serie de pruebas controladas, al azar, diseñadas para determinar si escuchar música cada día, puede facilitar la recuperación de las funciones cognitivas y conductas después de un ataque o derrame cerebral. Sesenta pacientes quienes presentaron la arteria cerebral izquierda o derecha del hemisferio medio dañada, fueron escogidos al azar como grupo para escuchar música, otro para escuchar conversaciones y otro grupo como control. En el estudio se ofrecieron dos piezas musicales cortas y poemas narrados de tipo feliz o triste y, luego, según las reacciones a las emociones, los pensamientos y las memorias evocadas por los pacientes, se seleccionó a cada

persona según el tipo de estímulo (música o poemas) que fue el preferido.

Durante dos meses, los grupos asignados a escuchar música y los de lenguaje, escogidos por los pacientes, y por el grupo control, no recibió material alguno para escuchar. Además, todos los pacientes recibieron la atención médica y de rehabilitación. Los pacientes fueron sometidos a una serie de pruebas cognoscitivas y con cuestionarios a los 3 y 6 meses después del derrame cerebral. De 60 pacientes, cincuenta y cuatro completaron el estudio.

Los resultados mostraron que la recuperación en los dominios de la memoria verbal y concentración-atención mejoró significativamente en el grupo que escuchó música, en comparación con los del lenguaje y con el grupo control. El grupo de música también experimentó menos depresión y conducta confusa que el grupo control. Estos hallazgos demostraron, por primera vez, que el escuchar música, durante el estado temprano post-derrame, puede reforzar la recuperación cognoscitiva y prevenir una conducta negativa.

### Una propuesta inicial

¿No se podría pensar en programas de música con elementos de distracción y entretenimiento en los hospitales, casas o albergues y asilos para ancianos?

En estos centros se considerarían no solo el factor etario, sino el origen de los pacientes, para utilizar algunas de las obras de los grandes músicos, así como también música de compositores nacionales con la que estarían más familiarizados (ejemplos de las compilaciones de Vargas, 1907; Prado, 1965; Acevedo, 1980, y Zúñiga, 1981).

En Costa Rica, un músico de extraordinario talento –nos referimos a Jacques Sagot– se ha dedicado, por muchos años, a impartir una serie de charlas, con gran habilidad didáctica, en forma sencilla y agradable, para explicar y analizar, con ejemplos representativos, ese vocabulario musical. Es de esperar que, en breve, se pueda contar con el recurso

electrónico de toda la serie de tales programas los cuales el SINART ha tenido la visión de presentar.

### La evolución de la música clásica en Costa Rica

La producción y la variedad de estilos de música de los compositores costarricenses es de gran valor en la identidad de las tradiciones que caracterizan a nuestro pueblo. Citemos un ejemplo:

Julio Fonseca Gutiérrez (1885-1950). En su poco conocido pero importante libro, Flores (1973) nos ofrece un capítulo acerca de las obras de Fonseca inspiradas en el folclor costarricense y entre ellas destaca la *Gran Fantasía Sinfónica* escrita en 1937. Flores (1973) considera esta obra como una de las más inspiradas creaciones de don Julio, la cual representa para el país una síntesis de su música más típica y conocida por todos, y que “no es una simple colección de canciones folclóricas o populares sino un compendio de sangre tica, maravillosamente bien hilvanada”. Recordemos que la *Gran Fantasía Sinfónica* incluye temas del *Punto guanacasteco*, *Himno Nacional*, la *Noche Buena*, *Pajarillo Chichiltote*, *Himno patriótico a Juan Santamaría*, el *Duelo de la Patria*, *Caña dulce pa’ moler*, *Leda*, *Marcha Santa Rosa*, *De la caña se hace el guaro*. El vals *Leda*, como bien lo anota Flores (1973), es posiblemente la obra más famosa de Fonseca, composición que ha trascendido nuestras fronteras y que ha sido grabada en discos. Es importante destacar que parte de las melodías de compositores costarricenses, que Vargas-Cullell (2004) incluye en su meticuloso estudio, han sido compiladas por Vargas (1907), Prado (1965), Acevedo (1980), y Zúñiga (1981).

Vargas (1907) incluye canciones de García, Morales, León, Gutiérrez, Campabadal, Cardona y Vargas.

Prado (1965) compila canciones de Hidalgo, Vargas, Zúñiga, Fonseca, Prado, Araya, Ureña,

Cubillo, Villalobos, Acevedo. Murillo, Valle, Mata, Gutiérrez, Campabadal, Calderón y Bonilla.

Acevedo (1980), en un interesante estudio sobre la música en Guanacaste, recoge 14 ritmos considerados como danzas de autores desconocidos y 5 como piezas típicas. Estudia, además, en el aspecto rítmico, 70 composiciones de los músicos Chaves, Campos, Aguilar, Caravaca, Rodríguez, Prado, Cubillo, Barrantes, Acevedo, Centeno y Palomares. La clasificación de las 70 canciones de acuerdo con el ritmo son: baile suelto, callejera, contradanza, danza, fandango, jota, marcha, mazurca, pasillo, pasillo-callejera, punto guanacasteco, patriótica, vals y vals-corrido.

## Bibliografía

ACEVEDO, J. L.

1980 *La música en Guanacaste*. Editorial U.C.R.

ALONSO-REBOLLO J. A.

1993 *La curación por la música*. Madrid, España: Editorial Lilsa.

ARMAS-TORRES S. (COORD.)

2008 *Curso de musicoterapia*. Universidad San Marcos. Facultad Medicina. Perú.

CHABRIS C. F.

1999 "Preluds or Réquiem for the 'Mozart effect' ". *Nature*. 400. 826 - 827 (26 Aug.).

ESTADO DE LA NACIÓN. PROGRAMA COSTA RICA

2007 *Décimo tercer Informe Estado de la Nación en Desarrollo Humano sostenible*. San José. Costa Rica.

FLORES, BERNAL

1973 *Julio Fonseca: Datos sobre su vida y análisis de su obra*. Ministerio de Cultura, Juventud y Deportes. San José, Costa Rica.

KAMIEN, R.

1980 *Music an appreciation*. Mc Graw-Hill. Inc.

PRADO-QUESADA, A. (COMP.)

1965 *Cantemos. Álbum para la enseñanza media y primaria*. Álbum musical. San José. Costa Rica: Editorial Lehmann.

SAGOT, J.

1970 *Serie de comentarios sobre grandes músicos y sus obras*. SINART.

SARKAMO, T., TERVANIEMI, M., LAITINEN, S., FORSBLOM, A., SOINIK, S., MIKKUMEM, M., TUTTI T., SILVENNOINEM, H. M., ERKKILA, J., LAINE, M., PERETZ, I., HIETANAM, M.

2008 "Music listening embraces cognitive recovery and mood alter middle cerebral artery stroke". *Brain*.131 (3): 866-76.

VARGAS CALVO, J. J. (COMP.)

1907 *Cantos escolares*. Secretaría de Instrucción Pública Costa Rica.

VARGAS-CULLELL, M. C.

2004 *De las fanfarrias a las salas de conciertos. Música en Costa Rica (1848-1940)*. San José: Editorial U.C.R.

ZÚÑIGA-ZELEDÓN, J. D. (COMP.)

1981 *Música tradicional costarricense*. Ministerio de Cultura, Juventud y Deportes, Dirección Publicaciones. San José, Costa Rica: Imprenta Nacional.

ESCUELA DE VERANO ReCREARTE, VITORIA-GASTEIZ.

2008 [http://www.eluniversal.com.mx/notas/vi\\_472026.html](http://www.eluniversal.com.mx/notas/vi_472026.html)  
<http://es.wikipedia.org>